تۆ لەوە گەورەتری كە بیری لێ دەكەیتەوە ٣

كێشەكانت بكە بە چكلێت

مەسعود لەعلی



وەرگێڕانی : سەمیر حسین

٩٠ چیرۆكی كورت بۆ دروستكردنی هێزی دەروونی، باوەربەخۆبوون و ڕووبەڕووبوونەوەی كێشەكان لە ساتە دژوار و سەختەكانی ژیاندا

كێشەكان: مرۆڤە گەورەكان بەرز دەكاتەوە و مرۆڤە بچوكەكانیش تێكدەشكێنێت

مەسعود لعلی

تۆ لەوە گەورەتری کە بیری لێدەکەیتەوە! ٣

(کێشەکانت بکە بە چکلێت)

وەرگێڕانی: سەمیر حسین

چاپی یەکەم
٢٠١٤

لەبڵاوکراوەکانی خانەی چاپ و پەخشی ڕێنما

زنجیرە(٤٧٣)

ناسنامەی کتێب

- ناوی کتێب: کێشەکانت بکە بە چکلێت ٣
- نوسینی: مەسعود لەعلی
- وەرگێڕانی: سەمیر حسین
- بابەت: لێهاتوییەکانی ژیان، چارەسەرکردنی کێشەکان، ڕێ و ڕەسمی ژیان.
- بەرگ: فراد کەولۆسی
- شوێنی چاپ: چاپەمەنی گەنج
- ساڵی چاپ: ٢٠١٤
- نۆبەتی چاپ: چاپی یەکەم
- تیراژ: ١٠٠٠ دانە

لەبەڕێوەبەرایەتی گشتی گتێبخانە گشتیەکان ژمارەسپاردنی: (١١٨٦)ی ساڵی ٢٠١٤ی پێدراوە.

ناونیشان:

سلێمانی ـــ بازاڕی سلێمانی ـــ بەرامبەر بازاڕی خەفاف.

ژمارەی مۆبایل: (٠٧٧٠١٥٧٤٢٩٣)، (٠٧٣٠١١٩١٨٤٧)

پێڕست

...دایك دەركەوتنی بەشێكە
لە میهرەبانی خودای گەورە
لەسەر زەوی.ئەم كتێبە
پێشكەش دەكەم بە
دایكم.ئەو فریشتەی
خۆشەویستییەی. كەهەمیشە
فێری لێبوردەیی و
باوەڕبەخۆبوونی دەكردم...

پێشەکی وەرگێڕ

مەسعودی لەعلی یەکێکە لە نوسەرە بەناوبانگەکانی ئێران، ژمارەیەکی زۆر کتێبی لە بواری کۆمەڵزانی و دەروونزانی دا هەیە، ئەم نوسەرە یەکێکە لەو نوسەرانەی کە بەشێوەیەکی فراوان لەناو ڕۆشنبیرانی ئێرانی دا کاریگەرێکی گەورەی هەیە، و توانیویەتی شوێن پێی خۆی بکاتەوە، بەتایبەتی بەهۆی شێوەی نوسینەکانییەوە و ئەو شێوازەی کە پەیڕەوی دەکات لە نوسین دا.

چونکە نوسینەکانی لەعلی بەوە ناسراون کە کورت و پڕمانا و کاریگەرن، زمانێکی سادە و ئاسان بەکاردەهێنێت، کە ئەمڕۆ لە جیهاندا بەشێوەیەکی فراوان پێشوازی لەو شێوازە نوسینە دەکرێت، چونکە زانستی دەروونناسی کۆمەڵناسی لەبەر ئەوەی زانستێکە ڕاستەوخۆ پەیوەندی بە تاك و کۆمەڵگەوە هەیە، پێویستی بە زمانێکی سادە و ساکار و شیکارێکی وردی کۆمەلایەتیانە هەیە، بۆ ئەوەی زۆرترین خەڵك بتوانن سود لەو شێوازە وەرگرن، تاوەکو بتوانرێت پراکتیکی بکرێت و تاك لە هەموو ئاستێکدا بتوانێت تێگەیشتنی بۆی هەبێت.

هەر وەکو لە کتێبەکانی پێشوتردا ئاماژەم پێ کرد، بە پشتیوانی خودای گەورە وەرگێڕانی هەموو کتێبەکانی مەسعودی لەعلیم دەست پی کردووە، بۆ ئەوەی بتوانم بەپێی توانا کتێبەکانی وەربگێڕم بۆ زمانی شیرنی کوردی، بەو هیوایەی کە خوێنەری کورد بتوانێت سود لە نوسینەکانی وەربگرێت.

ئەم کتێبە (**تۆ گەورەتریت لەوەی کە بیری لێ دەکەیتەوە**) (**کێشەکانت بکە بە چکلێت**) یەکێکە لە دە کتێبە زنجیرەییەکانی لەعلی، شێوازی نوسینی ئەم کتێبەش وەکو

شێوازی نوسینی کتێبی یەکەم و دووەم، بەشێوەیەکی زۆر جوان لە ئاستێکی گشتی دا نوسراوە بە زمانی چیرۆك، نوکتە، سەرگوزەشتە، شیعر، قسەی کورت و هیتد، و بە زمانێکی کاریگەر بابەتەکان دەخاتەڕوو، بەتایبەتی لەبارەی ئەوەی کە ئێمە چۆن بتوانین کێشە و گرفتەکانمان بکەینە دەروازە و پلەیەك بۆ سەرکەوتن، و بۆ بەدەست هێنانی هەلی زیاتر و ئەزموونی زیاتر، هەروەها چۆن مرۆڤ لە ڕێگەی هەڵەکانیەوە دەتوانیت بگات بە مەبەستە سەرەکیەکانی و ببێتە مرۆڤێکی بە ئەزموون و دامەزراو، لەگەڵ چەند باس و بابەتێکی دیکەدا.

پوختەی مەبەستی کتێبەکە ئەوەیە، کە وا لە مرۆڤ دەکات بیر بکاتەوە و بتوانێت ئیمانی بەخۆی هەبێت ئیمانێك کە لە قوڵایی دەروونەوە هەڵقوڵا بێت، ئیمانێك کە دەستی برد بۆ هەر شتێك بتوانێت کاریگەری بەجێبهێڵێت، باوەڕێکت لەلا دروست دەکات، کە مرۆڤ لە هەموو شتێك گرنگتر و گەورەترە و هەموو شتەکان لەبەردەم مرۆڤدا بچوك و بێ مانان.

ئەم کتێبە تاوەکو ئێستا بیست و پێنج جار چاپ کراوەتەوە، هیوادارم منیش توانیبێتم مافی وەرگێڕانەکەم دابێت و توانیبێتم کەلێنێکی بچوکم لە کتێبخانەی کوردی پڕ کردبێتەوە.

لەکۆتایی دا داوای لێبوردن لە هەر کەموکوڕێك دەکەم کە لە کتێبەکەدا هەبێت، تەنها خودای گەورە بێ هەڵە و بێ کەموکوڕییە.

خودا یار و یاروەمان بێت. بژی کوردستان، بژی خاکی دێرینی بە پیتی هەزاران ساڵەی کوردان.

سەمیر حسین

٢٠١٣/12/3

سلێمانی

پێشەکی نوسەر

ڕۆژێکیان (جوانی) و (ناشیرینی) لە کەنار دەریایەکدا بەیەك دەگەن و دەکەونە گفتوگۆ: (وەرە با لە دەریادا مەلە بکەین). خۆیان ڕووت کردەوە و دەستیان کرد بە مەلە کردن، پاش تەواو بوونی مەلەکەیان ناشیرینی گەڕایەوە بۆ کەنار و جلەکانی جوانی لەبەر کرد و ڕۆشت.

جوانیش لە دەریا هاتە دەرەوە و جلی نەبوو بۆ لەبەرکردن. بۆیە لە ڕووتی خۆی شەرمی کرد و بەناچاری جلەکانی ناشیرینی لەبەرکرد و کەوتە ڕێ.

تاوەکو ئەمڕۆ، پیاوان و ژنان، بە هەڵە لەم دووانە تێگەیشتوون. بەڵام کەمێك خەڵکیش هەیە کە شێوەی جوانی دەبینین و بە ئاسانی دەتوانن جوانی بناسنەوە هەرچەندە جلی ناشیرینیشی لەبەردایە، و هەندێکیش ناشیرینی دەناسنەوە هەرچەندە جلەکانی جوانی لەبەرکردووە، و هەرگیز ناتوانێت ڕوخساری ئەسڵی خۆی بشارێتەوە.

لەم ژیانەی ئێمەدا چەندین جوان هەیە کە بە ناشیرین دەزانرێت و چەندین شتی ناشیرین هەیە کە بە جوان دەزانرێت. ئەم کتێبە لەبارەی یەکێك لە گەورەترین ئەو جوانیانەوەیە کە بە ناشیرینی دەخرێتەڕوو. جوانی (کێشەکان).

بەشێوەیەکی تەواوەتی و گشتی ئێمەی مرۆڤەکان لە هەموو جۆرە کێشە و سەختی و دەردەسەرێك بێزارین و بە بیستنی وشەی (قورس و دژواری) بێتاقەت و پەرێشان دەبین. ئەم مەسەلەیە خۆی کاردانەوەی تێڕوانین و بیرکردنەوەی ئێمەیە سەبارەت بە واقعیەتی (کێشەکان). ئێمە بەزۆری کێشەکان و سەختییەکان بە دوو شێوە لێکدەدەینەوە و ئاراستەیان دەکەین:

١- بەدچانسی و نەگبەتی
٢- سزای تاوانەکان و کرداری ناشایستە.

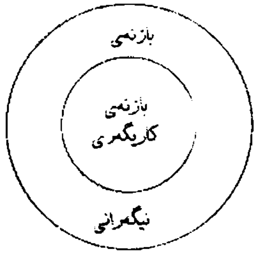
ئامانجی من لەم کتێبەدا ئەودیە کە ڕوخساری ڕاستەقینە و ئەسڵی و بەهای شاراوەی ناو کێشە و قەیرانەکانت پێ بناسێنم، جارێکی دیکە جلوبەرگی جوانی بکەمەوە بەبەر کێشەکان، بەشێوەیەك کە ئەم گۆڕانی تێڕوانینە ببێتە هۆی ئەوەی بە باوەشی کراوە بەرەو پیری ئەو بەخشینە گەورەی ئیلاهییەوە بڕۆین و لەبری ئاه و نالە و گلەیی، ژیرانە خەریکی چارەسەر کردن و حەلکردنیان بین.

(کێشە و گرفت، ئەو تێڕوانینەیە کە سەبارەت بە کێشە هەتە)

کاغەزێکی سپی بهێنە و لەناوەڕاستی کاغەزەکەدا خاڵێك دابنێ. گریمان ئەو خاڵە تۆی. ئێستا بازنەیەکی بەدەوردا بهێنە، ناوی ئەو بازنەیە بنێ بازنەی هەژموون و دەسەلات.



لە ڕاستیدا هەر پرسێك کە بە ئاسانی چارەسەر بکرێت بۆ تۆ جێگەی کێشە و دەردەسەری نەبێت و شایەنی چارەسەرکردن بێت، دەکەوێتە ناو ئەو بازنەیەوە. ئێستا بازنەیەکی گەورەتر بە دەوری بازنەی کاریگەری تان بکێشە. ناوی ئەم بازنەیە بنێ بازنەی نیگەرانییەکان.



فراوانی بازنەی هەژموون و توانایی تۆ نیشانەی بڕی توانایی تۆ دەخاتەڕوو. هەرچی مرۆڤ بەهێزتر و بەتواناتر بێت، واتە بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵی زیاتر بێت، هەلومەرج و پرسی زیاتر لەناو بازنەی کۆنترۆڵ و هەژموونی دا دروست دەبێت و دەکەوێتە ناو ئەو چوارچێوەیەوە.

بازنەی کۆنترۆڵ و هەژموون جیاوازە لەگەڵ بازنەی نیگەرانی و بێتاقەتیەکان، لەبەرئەوەی کە تواناییەکان و شێوەی لێهاتووییەکانی تاکەکان جیاوازە. چونکە لەوانەیە کێشەیەك بۆ کەسێك ڕوو بدات ئەو کێشەیە وەکو قەیرانێکی گەورە سەیر بکرێت، بەلاّم لەهەمان کاتدا ئەو کێشەیە بۆ کەسێکی دیکە بە بچوك سەیر بکرێت. بۆ نمونە، منداڵێك بهێنەرە بەرچاوت کە بوکەکەی شکاوە. منداڵەکە دەست دەکات بە گریان و هاوار کردن. گەورەکان پێدەکەنن بەو منداڵە بەهۆی ئەوەی کە پێکەنینیان دێت بە کێشەکەی و بە کێشەیەکی بێ مانا سەیری دەکەن. گەورەکان نازانن کە منداڵەکان بازنەی دەسەلاّت و هەژموونیان بچوکە، و زۆربەی ڕووداوەکان لە دەرەوەی بازنەی کۆنترۆڵی ئەواندا دەردەچێت.

هەرچی زیاتر گەشە بکەین و ئەزموونی زیاتر بەدەست بهێنین، بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵمان پەرەسەندووتر دەبێت و لەڕاستیدا گەشە کردن شتێکی جگە لە پەرەسەندنی بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵ هیچ شتێکی دیکە نیە.

پێگەیشتن یان باڵغبوون دەربڕینێك نیە پەیوەست بێت بە تەمەن ساڵەوە. زۆرخەڵك هەیە لە ڕووی تەمەنەوە بە باڵغ و پێگەیشتوو بەرچاو دەکەون بەلاّم بە بچوکترین کێشە لە سنور دەردەچن، بێتاقەت دەبن و توشی ماتەم و خەم دەبن. چونکە لەڕاستیدا ئەوانە هێشتا نەگەیشتوونەتە ئاستی گەشە کردن و پێگەیشتن.

بەکورتی بەهۆی جۆری پرس و قەیرانی کەسێکەوە بە ئاسانی دەتوانرێت پەی بە ئاستی گەشەکردن و پێگەیشتنی ئەو کەسە ببرێت. کاتێك کەسێك چۆن ڕووبەڕووی

کێشەیەك بوویەوە ئەوە شێوەی ئەو ڕووبەڕووبوونەوەی پیشاندەری ئاستی پێگەیشتن و ئەزموونی ئەو کەسە دەخاتەڕوو.

گریمان ڕۆیشتوویت بۆ ماڵی هاوڕێیەکت و داوات لێ دەکات سەیرێکی دەفتەری بیرکاری منداڵەکانی بکەیت بۆ ئەوەی بزانیت ئایا بە ڕاستی پرسیارەکانیان حەل کردوە یان بە هەڵە حەلیان کردوە تەنانەت ئەگەر هیچکەس نەڵێت بە تۆ ئەو منداڵە لە چ پۆلێکدایە ئەوا تۆ بە شێوەی پرسیارەکانی و حەلەکانی دا دەزانیت ئەو منداڵ و خوێندکارە لە چ ئاستێکدایە و لە چ قۆناغێکی خوێندندایە.

هەرکاتێك بەو شێوە بیر بکەینەوە کە کێشەکان لەدەرەوەی خۆماندایە،ئەوە خودی بیرکردنەوەکە، کێشەی ئێمەیە .
(ئیستیڤان کاوی)

ئێستا ئەو پرسیارە گرنگەی کە دەبێت تۆ وەڵامی بدەیتەوە ئەمەیە: پرسیارە سەرەکیەکانی ژیانی تۆ چییە؟ چ شتێك ئارامیت لێ تێکدەدات و بیرکردنەوەت مەشغوڵ دەکات؟

وەکو ئەوەی کە وتویانە، کێشەکان وەکو ئاوێنەیەکن کە ڕێژە و بڕی دەسەڵاتمان نیشان دەدەن و وێنەیەکی خۆمان پیشانی خۆمان دەدات. بەڵام پرسیاری گرنگتر ئەمەیە ئایا چۆن ڕووبەڕووی پرسە سەرەکیەکان و هەوراز و نشێویەکانی ژیان دەبیتەوە؟

(کێشە نەبوون، کێشەیە)

تاکەکان بەرامبەر کێشەکان دوو جۆر کاردانەوەیان هەیە:

١- هەندێك کەس پێیان باشە کە لە بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵی خۆیان بچنە دەرەوە. ئەوانە لەو هەلومەرجەی کە لەناو چوارچێوەی نیگەرانیەکانی خۆیاندایە دوور دەکەونەوە و نایانەوێت ڕووبەڕوویان ببنەوە. تەنانەت لەوانەیە پەنا ببنە بەر ماددەی بێهۆشکەر تاوەکو بیر لە کێشەکانیان نەکەنەوە. لەدیدی ئەم جۆرە کەسانەوە گەورەترین ڕێگاچارەی پرسەکان، پاك کردنەوەی ڕووخساری کێشەکانە لە ڕێگەی نادیدەگرتنیانەوە. ئەوانە هیواخوازن بە تێپەڕبوونی کات شتێك کرانەوەیەك دروست ببێت و کێشەکان خۆبەخۆ چارەسەر بن.

٢- بەڵام کۆمەڵێکی دیکە هەن کە بەرەو پیری کێشەکان و پرسە دژوارەکانیشەوە دەڕۆن، هەرچەندە ئەو کەسانە توشی سەختی و مەینەتی و دژواری بن بەڵام ئەوە دەزانن کە گەورەترین ڕێگا چارە ئەوەیە کە بتوانن سەرکەون بەسەر کێشەکاندا.

گرووپی دووەم لە ڕاستیدا لە ڕێگەی چارەسەرکردنی کێشەکان و پرسەکانی خۆیانەوە بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵی خۆیان فراوان دەکەن. چونکە پاش چارەسەرکردنی هەر پرسێك توانای ئەو کەسە بەرامبەر بە قەبارەی کێشەکە گەشە دەکات. بەشێوەیەك کە هەر کێشە و هەلومەرجێك کە ئەوەندەی قەبارەی کێشەی پێشوو بێت بەهۆی پەرەسەندنی بازنەی هەژموون و کۆنترۆڵی خۆیەوە دەچێتە ناو ئەو بازنەیەوە و ئەو کاتە ئەو کێشەیە کێشەیەکی گەورە نیە و بەئاسانی ئەو کەسە دەتوانێت چارەسەری بکات.

((تۆ هیچ کێشەیەکت نیە. تەنها کێشەیەك کە بوونی هەیە ئەوەیە کە لەبیرت چووەتەوە بۆچی هاتوویتە دنیاوە. بڕیار نەبوو ژیان سادە بێت، بڕیار نەبوو ژیان ئاسان و بێ کێشە بێت. ژیان بەو مەبەستە بەرنامەڕێژی بۆ کراوە کە تۆ توشی قەیران و گەشەکردن و گۆڕان ببیت، تاوەکو ئینسانیەتی خۆت بە ئاگایانەتر و میهرەبانەتر و کامڵتر بەدەست بهێنیت))

(باربارا دی ئەنجلس)

(ژیان پرسیارێکە دەبێت حەل بکرێت)

ئەگەر ژیان بچوێنین بە وانەیەکی بیرکاری لەوانەیە باشتر و زیاتر تێبگەین لە ئەسڵی بابەتەکە. بۆ یەکەمجار کاتێك لە پۆلی یەکی سەرەتایی ڕووبەڕووی پرسیارێکی بیرکاری بوویەتەوە، چ کاردانەوەیەکت هەبوو؟ بێتاقەت نەبوویت، نیگەران نەبووی، چونکە دەتزانی هاتوویت بۆ قوتابخانە بۆ ئەوەی فێری شتێك ببیت و گەشە بکەیت. لە چ ڕێگەیەکەوە؟ لە ڕێگەی حەل کردنی ئەو پرسیارەوە کە لێت دەکرا. بۆیە لەوێوە دەستت کرد بە فێربوون و حەل کردنی پرسیارەکان. لە پۆلی یەکەمی سەرەتایی پرسیاری کۆکردنەوە و لێ دەرکردن فێربوویت. شێوەی پرسیارەکانت لەم شێوەیە بوون: $1+2=?$ بەلاّم ئەمە کۆتایی ئیشەکە نەبوو. بە حەل کردنی ئەم جۆرە پرسیارانە، شێوەی پرسیاری تازەتر هاتە ڕێگەت. چونکە تۆ خۆت گەیاندە ئاستێکی بەرزتر لە فێربوون و خۆت ئامادە کرد بۆ حەل کردنی پرسیاری قورستر کە هەنگاو بەهەنگا پرسیارەکان ئالۆزتر دەبوون.

لە ژمارەی یەکانەوە بۆ دەیان و بۆ سەدان و پاشان بۆ کەرت و ئینجا و بۆ ڕێژە و پاشان بۆ توانەکان، و ئینجا بۆ ڕەگەکان و پاشان کۆساین و هەتاوەکو دەگاتە ژمارە ئالۆزەکان و ژمارە قورسەکان.

بەشێوەیەك تاوەکو دەگاتە ئاستێك کە کۆتایی بوونی نیە بۆ پرسیارەکان...

ژیان بریتییە لە پۆلێك و لە خولێکی فێربوونی پرسیارە بیرکارییەکان. ئەوانەی وابیر دەکەنەوە کە خۆشبەختی واتە ژیانێکی بەبێ کێشە و ئالۆزی، هێشتا نەیانتوانیوە حەقیقەتی ژیان تێبگەن. ئەگەر پرسیار و پرسێك بوونی نەبێت، قەیران و کێشە بوونی

نەبێت، مرۆڤ فێری هیچ شتێك نابێت و هیچ هەلێكی بۆ دروست نابێت بۆ ئەوەی بتوانێت گەشە بكات و بگاتە ئاستێكی بالاَتر.

((ئامانجی ژیان گەشە كردن و بەرزبوونەوەیە. ئامانجێك بەبێ بوونی كێشە ڕێگە نیە بۆ بەدەستهێنان. كێشەكان دەبنە هۆی پێشكەوتن و گەشە كردنی مرۆڤ وزەیەكن بۆ ئەوەی چالاك و بەهێزت بكات لە بەرامبەر كێشەكان.

لە ڕاستی دا پێویستە وشەی (كێشە) لە مێشكی تۆدا لەگەلّ (پێشكەوتن)دا بێت، بەشێوەیە كە هەر كاتێك توشی كێشە بوویت ڕاستەوخۆ لەبری هەست كردن بە نائومێدی و ترس، بتوانیت توانای بوونی خۆت پەرە پێ بدەیت و فراوانی بكەیت.

دەتوانیت لە چارەسەركردنی كێشەكانت خۆشی دروست بكەیت. ئەمە شێوەیەكی گونجاوە بۆ سەیركردنی كێشەكان. گرنگ نیە تۆ چ كەسێكیت و چی دێت بەسەرتدا، ئامانج لە ژیان گەشە كردنە و ئەو كێشەیەی كە ئێستا دروست بووە بۆت هۆكاری گەشەكردنی تۆیە و ئەگەر گەشە نەكەیت ناتوانیت خۆشحالّ و دلّخۆش ببیت.))

(ئانتۆنی رابینز)

كێشەكان و پرسەكان نەك هەر تۆلّەی تاوانەكانت نیە، بەلّكو بەرزترین و گەورەترین نیعمەتی ئیلاهییە:

زنجیرە كێوی دۆست بازنەی داوی بەلاَیە

هەركەسێك لەو بازنەیە نەبێت، لەدەرەوەی ئەو ڕووداوانەیە

نوسەرێك دەیوت: (كاتێك كە خودا بیەوێت خەلاَتێكت بۆ بنێرێت، دەیپێچێت بە كێشەیەكەوە و هەرچی كێشەكە گەورەتر و ئالّۆزتر بێت، خەلاَتەكەش گەورەتر و بەنرختره)

کێشەکان، بەدچانسی و نەگبەتی نین، بەڵکو گەورەترین هەل و فرسەتن لە ناو دڵە گیرۆدەکاندا. (ئەلبێرت ئەنشتاین) باوەڕی وایە:

هەل و فرسەت لەناو دڵی دژواری و سەختی دا شاردراوەتەوە

کێشەکان، پەیژەیەکن بۆ سەرکەوتنی مرۆڤ بۆ بەرزترین کێوەکانی ژیان، پەیامی کتێبەکە ئەمەیە: **(کێشەکانت بکە بە چکلێت)** و مەرجی پێویستیش بۆ ئەم کارە ئەوەیە کە کێشەکان وەکو چکلێت ببینیت و باوەڕ بەوە بکەیت کە:

لەناو دڵی هەر زەحمەتێکدا، رەحمەتێك هەیە

پاش هەر سەختی و دژوارێك، گەنج و دەستکەوتێك هەیە

و هەر گرفت و کێشەیەکش، نیعمەتێکە جلێکی گۆڕاوی لەبەر کردوە.

(مەسعودی لەعلی)

مەشهەد

١

کێشەکان بکەین بە چکلێت

بـۆ ڕووبەڕووبوونـەوەی ڕێگرییـەکان دوو ڕێگـەمان هەیـە: ڕێگرتن لێیان یان تەسلیم بوونیان. کەسێك دەتوانێت زاڵ بێـت بەسەر کێشەکاندا کە بتوانێت لە بەرژەوەندی خۆیـدا گۆڕانیـان بەسەردا بهێنێت. شاخەوانێك تاشە بەردەێك لەبـەردەم خۆیـدا دەبینێـت، بـە تاشـە بەردەکـەدا سـەردەکەوێت و سـەر تاشـە بەردەکە دەبێتە شوێنی پشوودانی. هەموو شـتێك لـە بـەرزی خۆیدا کۆتایی پێ دێت. ئەگەر ڕێگری وەکو شتێك کە دەبێـت سەرکەویت بەسەریدا سەیری بکەیت، بە ڕێگـری دەمێنێتـەوە. بەڵام ئەگەر ڕێگری وەکو شتێك سەیری بکەیت کە پێویسـتت پێیەتی ئەو کاتـە پێشـوازی لـەو ڕێگرییـە دەکـەیت و وەکـو هەلێکی گەورە سەیری دەکەیت بۆ سەرکەوتنی زیاتر.

(ڤی جی ئەسواران)

هەڵۆ بۆ ئەوەی بێچوەکانی بەهێز بن و بتوانن
فێری فڕین بن لە بەرزایەکی زۆرەوە دەیانخاتە
خوارەوە یان دەمرن یان دەبێت فێری فڕین بن.

(بەسەرهاتی دوو بەرد)

لە مۆزەخانەیەکی بەناوبانگدا کە بە بەردی مەڕمەڕ فەرش کرابوو، پەیکەرێکی زۆر جوانی مەڕمەڕ نمایش کرابوو کە خەڵکی لە دوور و نزیکەوە دەچوون بۆ سەیرکردنی.

کەسێك نەبوو کە وەسفی جوانی پەیکەرەکە نەکات و شەیدای جوانیەکەی نەبێت.

شەوێکیان بەردێکی مەڕمەڕ کە فەرشی هۆڵی مۆزەخانەکە بوو دەستی کرد بە گفتوگۆ کردن لەگەڵ پەیکەرەکەدا:

(ئەمە ویژدان نیە، بۆچی دەبێت هەموو کەس پێ بخاتە سەر سەری من بۆ ئەوەی وەسفی تۆ بکەن؟

مەگەر لەبیرت نیە کە ئێمە هەردووکمان لە یەك سەرچاوە و کانە بەرد بووین؟ ئەمە دادپەروەرانە نیە؟ من زۆر گلەیی و گازندەم هەیە!)

پەیکەرەکە زەردەخەنەیەکی کرد و بە ئارامی وتی:

(لەبیرتە، کاتێك کە پەیکەر تاشەکە ویستی ئیشت لەسەر بکات، چەندە نەگبەت و سەرسەخت بوویت و بەرگریت کرد؟)

بەردەکە وەڵامی دایەوە:

(وایە، ئاخر چەکوش و قەڵەمەکەی ئازاری پێ دەگەیاندم، وامزانی ئازارم دەدات، من تەحەمولی ئەو هەموو ئازار و سەخت و مەینەتیانەم نەدەکرد.)

و پەیکەرەکە بەهەمان ئارامی و زەردەخەنەی پێشووەوە بە نەرمی درێژەی بە قسەکانی دا و وتی:

((بەڵام من وابیرم کردەوە و دڵنیابووم بە تەواوەتی کە دەیەوێت لە من شتێکی بێ وێنە دروست بکات، دڵنیابووم کە دەگۆڕێم بۆ شاکارێکی بێ وێنە. بێگومان بووم کە لەپشت ئەم سەختی و زەحمەتەوە گەنج و بەهایەکی گەورە شاردراوەتەوە، بۆیە پێم وت هەتا دەتوانیت لێم بدە، بم تاشە، قەڵەمکاریم بکە!

بۆیە ئەو چەکوش قەڵەم و لێدانانەی کە لێی دەدام هەموویانم بە گیان کڕین و هەرچی زەحمەت و مەینەتی و ئازارەکانم زیاتر دەبوون، زیاتر تەحەمول و تاقەتم دەهێنا بۆ ئەوەی زیاتر جوان ببم.

بۆیە ئەمڕۆ ناتوانیت سەرزەنشتی کەس بکەیت، کە بۆچی قاچ دەنێت بەسەرتدا و بەبێ گرنگی بەسەرتدا تێدەپەڕن و حسابت بۆ ناکەن))

ئەی خودای جیهان

ئەی پەروەردگار

من وەکو بونەوەرێکی زیندوو حساب ناکەیت و

متمانەم پێ ناکەیت؟

ئەگەر وانیە دەی

خودایە بمخەرە ناو کێشە و قەیرانەوە

(هێزی بەڕێوەبردنی ئەخلاقی، بلانکارد)

کێشەکان ئەو هەل و فرسەتانەن کە پێمان دراون، تاوەکو بتوانین جەوهەر و بوونی خۆمان ئاشکرا بکەین.

(وەکو دانەکانی قاوەبە)

ژنێکی گەنج دەڕوات بۆ لای دایکی و لەبارەی کێشەکانی خۆیەوە قسەی بۆ دەکات سەبارەت بەوەی کە ئیدی ماندوو بووە لە شەڕ کردن و ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان و چارەسەرکردنیان.

دایکی کچەکەی برد بۆ مەتبەخ و بەبێ ئەوەی هیچ قسەی لەگەڵدا بکات سێ کتری ئاوی خستە سەر تەباخەکە، یەکەمیان گێزەری تێ کرد و دووەمیان هێلکە و سێیەمیان قاوەی تێ کرد. پاش بیست خولەك کاتێك کتریەکان هاتنەوە کوڵ غازەکەی کوژاندەوە، هەر سێ کتریەکەی هێنا هەر یەکەیانی کردە ناو قاپێکەوە و خستنیە بەردەم کچەکەی. پاشان وتی بە کچەکەی چی دەبینیت؟

کچەکەش وەڵامی دایەوە: گێزەر، هێلکە و قاوە. دایکی وتی دەست بدە لە گێزەڕەکان و بزانە چۆنن؟

کچەکە دەستی لێدان و وتی نەرمن.

پاشان وتی هێلکەکان بشکێنە، پاش ئەوەی کە توێکڵەکەی لێ کردەوە بینی هێلکەکە ڕەق بووە و لەتی کرد پاشان داوای لێ کرد کە قاوەکە تام بکات.

کچەکە پرسی لە دایکی مانای ئەمانە چییە؟

دایکی وەڵامی دایەوە: هەر سێ لەم کەرەستانە لەناو هەلومەرجێکی قورس و یەکساندا بوون، ئاوی کوڵاو، بەڵام هەریەکەیان کاردانەوەیەکی جیاوازی پیشاندا.

گێزەرەکە سەرەتا رەق و بەهێز بەرچاو دەکەوت، بەلاّم کاتێك کە چووە ناو ئاوی کولاّوەوە بە ئاسانی نەرم و لاواز بوو.

هێلکەکە کە سەرەتا نەرم و ناسك دەبینرا و نەیدەتوانی پارێزگاری بکات لە گیراوەکەی ناوی، کاتێك خرایە ناو ئاوی کولاّوەوە توانی ناوەوەی خۆی بەهێز بکات و بەو سەختی و دژوارییە بەهێزتر ببێت.

دانەکانی قاوە، پاش ئەوەی کە خرانە ناو ئاوە کولاّوەکەوە، ئاوەکەیان گۆڕی.

دایك لە کچەکەی پرسی:

تۆ کام یەك لەمانەی؟ کاتێك کە هەلومەرجێکی قورس و سەخت دروست دەبێت تۆ چۆن کاردانەوەت دەبێت؟ تۆ گێزەر، هێلکە یان دانەی قاوەییت؟

بیر لەوە بکەرەوە کە من چیم؟ ئایا من گێزەرم کە وابەرچاو دەکەوم کە رەقم بەلاّم لە سەختی و لە دژوورییەکاندا لار دەبمەوە و نەرم دەبم و بەرگری خۆم لەدەست دەدەم؟ ئایا من هێلکەم کە بە دڵێکی نەرم دەست پێدەکەم بەلاّم بە گەرمی و بە دژواری سەخت و بەهێز دەبم؟

یان من تۆو و دانەی قاوەم کە ئاوەکە دەگۆڕم؟ کاتێك کە ئاوەکە گەرم بوو قاوەکە بۆنی خۆش و بەتامی خۆی بەرەلاّ کرد. بۆیە ئەگەر تۆ وەکو دانەکانی قاوە بیت هەرچی هەلومەرجەکە سەختتر و دژوارتر بێت، دەتوانیت باشتر بیت و هەلومەرجەکە لە بەرژەوەندی خۆتدا بگۆڕیت.

(ماسی تازە)

ماسی تـازە یەکێکـە لـە خواردنـە سـەرەکیەکانی خـەڵکی یابـان. یابـان وڵاتێکـی دوورگەییە کە دەورە دراوە بە ئاو و سەرچـاوەیەکی گـەورەی ماسـی هەیـە. بـەڵام لـەم ساڵانەی دواییدا بەهۆی پێشکەوتنی تەکنەلۆژیا و پێشکەوتنی زانیارییەوە شـێوازەکانی ڕاوکردنی ماسی گۆڕاون و بەهۆی ئەو بەلەم و کەشـتییە پێشـکەوتووانەوە کـە دروست بوون ئاستی ڕاوە ماسی لە کەنارەکانی دوورگەکانی یابان بە تەواوەتی کـەم بووەتـەوە، بۆیە ڕاوچیەکان بە مەبەستی ڕاو کردن ناچار بوون بە ڕێژەیەکی زۆر دوور بکەونـەوە لـە کەنارەکان و بەرەو ئاوە دوورەکان بڕۆن.

بەڵام کێشەکە ئەوە بوو بەهۆی سەفەری دووروو درێژەوە، ماسییەکان تـازەیی خۆیـان لەدەست دەدا و یابانیەکان کـە ڕاهـاتبوون بـە خـواردنی ماسـی تـازە زۆر حـەزیان لـە خواردنی ماسی کۆن نەدەکرد.

خـاوەن کەشـتی و ڕاوچـییە ماسـیگرەکانیش بـۆ چارەسـەرکردنی ئـەم کێشـە لـە کەشـتیەکانیاندا، حـەوزیان دروسـت کـرد. لـە ڕاسـتیدا پـاش ڕاوکردنـی ماسـیەکان، ماسیەکانیان دەکـردە نـاو حەوزەکانـەوە تـاوەکو ماسـیەکان بـە زینـدوویی بەرنـەوە و ڕاستەوخۆ بەکاربهێنرێن. بەڵام سەرەڕای ئـەوەش هێشـتا خـەڵکی باوەڕیـان وابـوو کـە ماسیەکان تەزوویریان تێدا دەکرێت و بەهیچ شێوەیەك تەڕ و تازەیی و خۆشـی و لـەزەتی خۆیان لەدەست دەدەن، بۆیە بەشێوەیەکی گەرم و گوڕ پێشوازیان لێ نەدەکرا.

خاوەن کەشتی و ڕاوچییەکان کاتێك خۆیان بەرامبەر بە قـەیرانێکی گـەورە بینیـەوە. لێکۆڵینەوەکان ئەوەیان خستەڕوو کە ڕاستە ماسیەکان بـە زینـدوویی دەگەنـەوە کـەنار

دەریا، بەلاّم لەبەر ئەوەی وەکو ژینگەی سروشتی خۆیـان زۆر نەیانـدەتوانی لـە جولّـە و چالاکیەکانی خۆیان سود وەرگرن، لە کاتی خواردندا چێژی تازەیی خۆیان لەدەست دەدا.

ڕێگا چارەی کۆتایی سود وەرگرتن بوو لە قرشە ماسی بچوك، کـە ئـەو ماسـیانەیان دەخستە ناو حەوزی ماسیەکانی دیکەوە.

هەرچەندە ژمارەیەك لەو ماسیانە لەلایەن قرشەکانەوە ڕاو دەکران بـەلاّم ژمارەیـەکی زۆریان هەر بە زیندوویی دەمانەوە. لە ڕاستیدا لەبەر ئەوەی کـە ماسـییەکان بـەردەوام لەلایەن قرشەکانەوە ڕاو دەنران و بەردەوام لەناو تـرس و لـەرزدا بـوون، بـەردەوام لـەناو جولّە و ڕۆیشتنندا بوون، بۆیە بە ئاسانی هەمان جولّە و حەرەکەی ئاسایی نـاو ژینگـەی خۆیان دەکرد، بۆیە ئەو ماسیانە ئیدی بەتەواوەتی تام و بۆنی هەمان ماسییە تازەکانیان دەدا و بەو شێوەیە یابانیەکان پێشوازیان لەو شێوازی گرتنە کـرد و دووبـارە پێشـوازیان لیَ کردنەوە و دەستیان کردەوە بە کڕینیان.

دەرەئەنجام: ئەگەر دەتەوێت بەردەوام لە حالّەتی جولّە، گەشە کردن و بـەهێزی دا بیت قرشە ماسێك بخەرە ناو حەوزی ژیانی خۆتەوە. قرشی کێشەکان، چونکە ئەوەی کـە ژیانی ئێمە دەخاتە مەترسیەوە. ئارام گرتن، بیَ جولّەیی و وشـك بـوون و وەسـتانە کـە دواجار تەسلیم بوون و ڕزانە.

ئەو ڕووبارەی کە بەردەوام دەڕوات دەبێتە دەریا

هەر جووڵەیەك بۆ پێشەوە، هەر سەرکەوتنێکی تازە،لەدایکبوونێکی تازەیە و هەر لەدایکبوونێکیش لەگەڵ سەختی و ئازاردایە

(ژرار کلین)

(هەوڵدان)

ڕۆژێکیان کونێکی بچوك لە ناو قۆزاخەیەکدا دروست بوو. کابرایەك دانیشت و چەندین کاتژمێر سەیری هەوڵدانی ئەو پەپولەیەی دەکرد کە لەناو قۆزاخەکەدا بوو و دەیویست لە کونەکەوە بێتە دەرەوە.

دەرەئەنجام هەوڵدانی پەپولەکە وەستا و وابەرچاو دەکەوت کە ماندوو بووە و ئیدی ناتوانێت درێژە بە هەوڵەکانی خۆی بدات. کابرا حەزی کرد کە یارمەتی پەپولەکە بدات بۆ ئەوەی بێتە دەرەوە بۆیە بە مەقەستێکی بچوك کونی قۆزاخەکەی گەورە کرد.

پەپولەکە بە ئاسانی لەناو قۆزاخەکەیدا هاتە دەرەوە، بەڵام جەستەی لاواز و باڵەکانی چرچ و لۆچ بوون. کابرا هەر بەردەوام بوو لە سەیرکردنی پەپولەکە. کابرا چاوەڕوانی کرد بۆ ئەوەی باڵی پەپولەکە بکرێتەوە و بۆ ئەوەی پارێزگاری بکات لە جەستەی. بەڵام بەو شێوەیە نەبوو و لەڕاستی دا پەپولەکە ناچار بوو هەموو تەمەنی بە سەر زەویدا خۆی بخشێنێت و هەرگیز نەتوانێت باڵەکانی بکاتەوە. ئەو کەسە میهرەبانە نەیزانی تێ بگات کە سنورداری و بچوکی قۆزاخەکە و هەوڵەکانی پەپولەکە بۆ چوونە دەرەوەی ئەو کونە بچوکە خودای گەورە دروستی کردبوو، تاوەکو بەهۆی هەوڵەکانی بۆ کردنەوەی کونەکە گیراوەی ئەو قۆزاخەیە بڕژێت بەسەر چرچ و لۆچی باڵەکانی دا و ئەو مادە گیراوەیە یارمەتی بدات بۆ کردنەوەی باڵەکانی.

هەندێك جار لە ژیاندا پێویستمان بە هەوڵدان هەیە. ئەگەر خودا بڕیاری بدایە بەبێ هیچ کێشەیەك بژین ئەو کاتە فەلەج دەبووین، بە ئەندازەی پێویست بەهێز نەدەبووین و هەرگیز نەماندەتوانی بفڕین.

هەر قەیرانێك لەوانەیە لە ئاراستەیەكی نیجابی یان سلبییەوە بجولێت ئەوە ئەركی تۆیە كە قەیرانەكان بەرەو سەركەوتن بگۆڕیت.

(كیم ووچونگ)

(تۆپەكە بخەرە ئەو شوێنەوە كە مەیمونەكە دەیخات)

ئەو سەردەمەی كە هیندستان داگیرگەی ولاتی بەریتانیا بوو، كۆمەلێك كۆمپانیا لەوێ دامەزران، كارمەندەكانی ئەو كۆمپانیایانە كە حەزیان لە كات بەسەر بردن و یاری كردن بوو هەولیاندا لە كلكتە ساحەیەكی یاری گۆلف دروست بكەن. هەلبەتە ئەنجامدانی ئەم یارییە لە كلكتە ڕێگرێكی باشی هەبوو. چونكە مەیمونەكان لە درەختەكانەوە بازیان دەدا و دەهاتنە ناو مەیدانی گۆلفەكەوە، پاشان تۆپی گۆلفەكەیان دەڕفاند و بە چاولێكەری یاریكەرەكان ئەوانیش تۆپەكەیان بۆ ئەلام و ئەولا دەبرد.

سەرەتا، یاریزانەكان هەولیان دەدا كە مەیمونەكان بخەنە ژێر كۆنترۆلی خۆیانەوە. یەكەمین هەنگاویان دروستكردنی پەیژەی بەرز بوو لە دەوروبەری زەوی و چیمەنەكە. سەرەتا وادەردەكەوت ئەم كارە بە سەركەوتوو بەرچاو دەكەوێت، بەلام كاتێك كە گۆلف زانەكان تێگەیشتن كە پەیژە بۆ مەیمونە زیرەكەكان هیچ سودی نیە، هەموویان كۆكردنەوە. پاشان هەولیاندا بە فێل و هەلخەلەتاندن مەیمونەكان لە ساحەكە دوور بخەنەوە. بەلام مەیمونەكان، هیچ شتێكیان لەوە خۆشتر نەدەدۆزییەوە بۆ ئەوەی كە یاریزانەكان مشغول بكەن بە خۆیانەوە و ببنە هۆی كێشە و گرفت بۆ یارییەكان.

پاشان بەریتانییەكان دەستیان كرد بە نانەوەی داو بۆ مەیمونەكان بەلام هەر مەیمونێكیان دەگرت یەكێكی دیكە دەردەكەوت و تەواوبوونیان نەبوو. دەرەئەنجام یاریزانەكانی گۆلف تەسلیم بوون و یاسایەكی تازەیان بۆ یاری كردنی گۆلف دانا. یاساكە ئەمە بوو: **((تۆپەكە بخەنە ئەو شوێنەوە كە مەیمونەكان دەیخەن))**

بەو شێوەیەی كە دەتوانیت هەستی پێ بكەیت یاری كردن بەو ڕەوشە، دەتوانرا شێتكەرانە بێت. ئەگەری ئەوەی هەبوو كە هەلدانێكی باش لە ناوەڕاستی ساحە

چیمەنەکەدا، لەلایەن مەیمونێکەوە لابدرایە. جاری واش هەبوو بە پێچەوانەوە ڕووی دەدا. هەڵدانێکی خراپ دەتوانرا لەلایەن مەیمونەکانەوە بەرەو خاڵێکی نزیك لە چاڵەکە هەڵبدرایە.

دەرەئەنجام: ژیانیش وەکو یاری کردنی گۆڵفە لەسەر ئەم جۆرە زەوی و ساحانە. هەموو جۆرە ڕووداوێکی چاوەڕوان کراو و چاوەڕوان نەکراو لەناویدا بوونی هەیە. دەبێت بە دەرخستنی ڕێساکانی ژیانت خۆت بگونجێنێت لەگەڵ ئەو جۆرە یاریەدا بۆ ئەوەی بتوانیت ڕێکسختن و یاسایەك ببەخشیت بە ژیانت. بۆیە کاتێك کە جوڵەیەك دەست پێ دەکەیت، هەوڵبدە بە بەرنامە و بە ڕێوشوێنی بەرنامەڕێژی هەموو شتێك کۆنترۆڵ بکەیت و براوە بیت، بەلام جاری واهەیە ڕووبەڕووی ڕووداوی پێشبینی نەکراو دەبیتەوە کە هەموو پێکهاتە و حساباتێکت لێ تێك دەدات. جاری واهەیە توشی گرفتی لەناوچوونی یەکێك لە خێزانەکەت دەبیتەوە، یان توشی نەخۆشی ترسناك دەبیتەوە، یان خیانەتت لێ دەکرێت، یان توشی ڕووداوێکی سروشتی وەکو: لافاو، بومەلەرزە، یان ولاتەکەت توشی جەنگێك یان بەسەدان ڕووداوی دیکە دەبێتەوە.

گەورەترین ڕێسای یاری ژیان ئەوەیە کە خۆمان لەبەرامبەر هەموو جۆرە ڕووداوێك و هەلومەرجێکی پێشبینی نەکراو ئامادە بکەین و لەبری تەسلیم بوون بەرامبەر گرفت و کێشەکان، لەو شوێنەوە کە ئەو هەلومەرجە ئێمە بەرەو ئەو ئاراستەیە دەبات جوڵەیەکی تازە و دەستپێکردنی تازە دەست پێ بکەین و ببینە سەرەتایەکی نوێ.

ئەی دڵ ئەوەندە لە بەندی زولفی، لە پەرێشانی دا
مەناڵەدەبێت باڵندەی زیرەك سەبر و ئارامی هەبێت کاتێك
دەکەوێتە داوەوە.

(حافز)

وەکو مراوییەکی کێوی تاوەکو دەتوانی بفڕە
چیرۆکێکی دیکە بۆ وەرزی سەرما ساز بکە
ژیـــــانی دووبارە بڕینی کۆنی سبەینێ نیە
باڵـە مـــاندووەکانت بەرەو بەیانی بکەرەوە

(فڕین لەبیر بکە)

پیاوێك لە کەناری (زلاندنو) دەژیا. زۆر حەزی دەکرد لـە پـایز دا سـەیری ئـەو قـازە کێویانە بکات کە بەرەو باشور کۆچیان دەکرد. ئەم پیاوە هەر وەکو کارێکی خێرخوازی و وەکو حەزێك شتی دەدا بەو قازانە کە لە کەنارەکە لایان دەدا و تێ دەپەڕین.

کاتێك کە قـازە کۆچـەرەکان خواردنـە ئامادەکـەیان لـە کەنارەکـە دەبینـی، بـەرەو خواردنەکە دەهاتن و کەم کەم لە فڕین دەوەستان. دواجـار، ئیـدی بەشـێك لـە قازەکـان بەرەو باشور نەدەڕۆیشتن و بەهۆی ئەو خواردنەی کە پێیان دەدرا، زسـتانیان هـەر لـەوێ بەسەر دەبرد.

ئەم ڕووداوە بووە هۆی ئەوەی کە بە تێپەڕبوونی کات، فڕینی قازەکان کەمتر و کەمتر ببێت. کاتێك کە قازە کێوییەکانی دیکە دەگەڕانـەوە، ئـەوان هاواریـان لـێ دەکـردن و پێشوازیان لێ دەکردن و چەند ساتێك لەگەڵیاندا دەبوون. بەڵام کاتێك نزیك دەبوونەوە لە ژەمە خواردنەکەیان، دەگەڕانەوە بۆ شـوێنی خۆیـان و مانـەوە و جێگیربوونیـان بـەلاوە پەسەندتر بوو تاوەکو فڕین لەگەڵ هاوڕێکانیاندا

پاش تێپەڕینی سێ بۆ چوار سالێ، قازە کێوییەکان ئەوەندە قەڵـە و تەمـەڵ بـوون کـە ئیدی بنەمای فڕین بۆیان دژوار بوو و ئیدی وەکو سۆنە نەیانـدەتوانی بفـڕن، ئەوانـە لـە ڕاستیدا بوون بە قازی (خۆماڵی) و ئیدی هەر لەوێ مانەوە و سەفەریان نەکرد.

دەرئەنجام: هەرگیز خۆت نەخەیتە ناو باوەشی نـەرم و تەمـەڵی و ئاسـانەوە و شەیدای نەوازشەکانی نەبیت، چونکە گەڕان بەدوای خۆشگوزەرانی و ئارامی و ئاسـایش هێزە سەرەکییەکان و لێهاتوییەکانی مرۆڤ لەناو دەبات.

ئەگەر ڕێگایەکت دۆزییەوە کە هیچ ڕێگرێکی نەبوو،
ئەگەری زۆرە کە ئەو ڕێگایە نەگاتە هیچ شوێنێك.
(فرانك ئەی کلارك)

(دۆزەخ لەکوێیە)

پیاوێك دەمرێت و خۆی لە شوێنێك دەبینێتەوە کە بەخەیاڵ و بیرکردنەوەی خۆی دەروازەکانی بەهەشتە.

کەسێکی شارەزا پێی دەڵێت تاوەکو ئەبەد لێرە دەمێنیتەوە و لێرە دەژی، پاشان دەڵێت: (ئیشی من ئەوەیە کە هەرچی داوا بکەیت بۆت جێ بەجێ بکەم)

کابرا خۆشحاڵ دەبێت. ئەو ئەمە بە حسابی پاداشتێکی باش دەزانێت بەرامبەر بەو ژیانە خۆپارێزەی کە هەیبووە لە زەویدا. بۆیە لەم ڕووەوە دەست دەکات بە داواکردنی خواستە جۆراوجۆرەکانی، سەرەتا زۆر بە شەرمەوە و پاشان دواتر بە خێرایی خواستەکانی زیاد دەکات تاوەکو دەرەئەنجام نوقمی ئارەزو و حەزەکانی خۆی یەك لەدوای یەك دەبێت.

پاش ئەوەی کە ماوەیەك بەو شێوەیە تێدەپەڕێت، کابرا زۆر خۆی بە ماندوو و بێتاقەت دەبینێتەوە و لە کابرای شارەزا دەپرسێت، ئایا دەتوانیت شتێك بکەیت تاوەکو چاوم بکەویتەوە بە زەوی.

کابراش بۆی ڕێك دەخات، پاش ئەوەی کە دەبینێت مرۆڤەکان لە دنیادا گیرۆدەی کێشە و گرفتەکانیان و خەریکن دەست و پەنجە نەرم دەکەن لەگەڵیاندا. بە حەز و شەوقێکی زۆرەوە دەگەڕێتەوە بۆ سەر ژیانەکەی خۆی.

بەڵام پاش ماوەیەك لە نوقم بوونی لە ناو چێژ و خۆشیەکانی خۆی، ئیدی ئەو کابرایە هەست دەکات بەڕاستی بێزار بووە لەو بارودۆخە. بۆیە بە خزمەتکار و ڕێنوێنیکەرەکەی دەڵێت: (ئەم جارە من داوایەکی زۆر نامەعقولانەم هەیە، ئایا دەکرێت ماوەیەك ڕێگەم پێ بدەیت بۆ ئەوەی بڕۆم بۆ دۆزەخ؟)

کابراش بە سەر سوڕمانەوە وەڵامی دەداتەوە: (بۆ تۆ وادەزانی لەکوێیت؟)

(پیسترین شوێن)

ساڵی ١٩٨٢ بڕیارمدا هەموو شتێك وازلێبهێنم و دەست بکەم بە گەڕان بە جیهاندا، تاوەکو بتوانم لە ژیانمدا مانایەك بەدەست بهێنم. لەو ماوەی سەرگەردانیەدا سەردەمێك لە هۆڵەندا لە شوێنێك بەناوی (کولومۆس) دەژیام. شوێنێکی زۆر خۆش و ئارام و بێ دەنگ بوو خەڵکێکی زۆر پێکەوە دەژیان.

شەوێك، ژنێکی هۆڵەندی لێی پرسیم بەرازیل چۆنە. دەستم کرد بە قسە کردن لەبارەی کێشەکانمانەوە، لەبارەی نەبوونی ئازادی و حکومەتی دیکتاتۆری، و نەگبەتییەکان و ئەو کێشانەی کە لە ژیانماندا هەبوون.

پاشان وتم: (بەڵام ئێوە لە باشترین شوێنی ژیاندا دەژین، ژیان لە بەهەشتدا چۆنە؟)

ژنە هۆڵندیەکە ماوەیەك بێ دەنگ بوو و پاشان وەڵامی دایەوە:

(پیسترین شوێنی جیهان ئێرەیە، لێرە هەموو شتێك بڕاوەتەوە، نە خەباتێك بوونی هەیە و نە هەیجانێك، خۆزگە منیش کێشەی ئێوەم هەبوایە، لەو حاڵەتەدا ئەو هەستەم دەبوو کە منیش بەشێکم لە ئینسانیەت و دەمتوانی بوونێکم هەبێت.)

(پائولۆکۆئێلۆ)

هیچ شتێك سەبوری بەخشتر لەوە نیە کە بزانیت و تێ بگەیت لەوەی کە کێشەکانی دراوسێکەت بەلایەنی کەمەوە ئەوەندەی کێشەکانی خۆت گەورە و گرنگن، و دەبێت بڕۆیت بە دەمیانەوە.

(درەختی خەم و خەفەت)

دەڵێن ڕۆژی قیامەت هەموو کەس ڕێگەی پێ دەدرێت تاوەکو نەگبتیەکان و مەینەتیەکانی خۆی بە درەختێکی گەورە بەناوی (درەختی خەم و خەفەت) هەڵواسێت. پاش ئەوەی هەموو کەس، لقێکی دەست دەکەوێت تاوەکو نەگبەتیەکان و مەینەتیەکانی خۆی هەڵواسی، هەموو کەس ئەو مافەشی دەبێت کە بسوڕێتەوە بەدەوری دارەکەدا و ئەو دەستە نەگبەتی و بەدبەختیانەی کەسانی دیکە هەڵبژێرێت کە خۆی بەلایەوە پەسەندن و پێی باشن.

دەڵێن لە کۆتایی دا، هەرکەس حەز دەکات نەگەبتیەکان و مەینەتیەکانی خۆی هەڵبژێرێتەوە و بەلایەوە پەسەندترن تاوەکو مەینەتیەکان و بەدبەختیەکانی خەڵکانی دیکە و ئەو کەسە بە حەزی خۆی دووبارە هەمان ئەو کێشە و نەگبەتیانەی خۆی هەڵدەبژێرێت کە بە لقکەدا هەڵیواسی بوون.

خراپترین لەدەست چوون لە جیهاندا،بریتییە لە دەست دانی حەز ئەگەر پیاوێک هەموو بوونی خۆی جگە لە حەز و ئیشتیاق لە دەست بدات دەتوانێت دووبارە سەرکەوتن بەدەست بهێنێتەوە.

(هـ و. نارنۆلد)

(مریشکی دراوسێ قاز نیە)

کاتێک خۆم لە سەر بیناکە هەڵدا..

لە قاتی دەیەمی ژن و پیاوێکم بینی بە شێوە میهرەبان، بەلاّم بە توندی خەریکی شەڕ کردن و ناکۆکی بوون لەگەڵ یەکتری دا!

لە قاتی نۆیەم (پیتەری) جەستە بەهێز و پاڵەوانم بینی کە دەگریا.

لە قاتی هەشتەم (ئانیا)م بینی کە خەریکی گریان بوو، چونکە دەستگیرانەکەی بەجێیهێشت بوو.

لە قاتی حەوتەم (جاکم) بینی کە خەریکی خواردنی دەرمانی دژە خەمۆکی ڕۆژانەکەی بوو.

لە قاتی شەشەم (هینگ)ی بێ ئیشم بینی کە هەر خەریکی ئەوە بوو ڕۆژنامەی دەکڕی بۆ ئەوەی بتوانێت لەناو ڕۆژنامەیەک دا ئیشێک بدۆزێتەوە.

لە قاتی پێنجەم (وانگ)م بینی کە بە شێوە و ڕواڵەت دەوڵەمەند بەلاّم بە تەنیا بوو و حسابی ئەو قەرزانەی دەکرد کە هەی بوو.

لە قاتی چوارەم (ڕۆزم) بینی کە دووبارە دەستگیرانەکەی لێی دابوویەوە!

لە قاتی سێیەم پیرە پیاوێکم بینی کە هەر سەیری دەرگاکەی دەکرد تاوەکو لەوانەیە کەسێک بێت بۆ دیدەنی و سەردانێکی بکات.

لە قاتی دووەم (لیا)م بینی ماتەم و خەمبار دانیشت بوو، چونکە سێ مـانگ پێشـتر پیاوەکەی لەدەست دا بوو. پێش ئەوەی خۆم هەڵبدەم وامدەزانی لە هەموویان داماوتر و کێشەدارترم. بەڵام ئێستا دەزانم کە هەموو کـەس کێشـەی گرفتـی خـۆی هەیـە. پـاش بینینی هەموو ئەوانە تێگەیشتم کە مەسەلەکەی من ئەوەندە خراپ نیە!

ئێستاش بیر لە هەموو ئەو کەسانە دەکەمـەوە کـە سـەیرم دەکـەن. ئـەوانیش پـاش بینینی من بیر لەخۆیان دەکەنەوە کە بارودۆخیان ئەوەندە خراپ نیە!

هەر ئـەو نەشـكەوتەی كـە ترسـت هەيـە لـە چـوونە ژوورەوەی، دەتوانێت خۆی سەرچاوەی ئـەو گەنجینەيـە بێت كە تۆ بەشوێنی دا دەگەڕێیت.

(دۆست يان دوژمن؟)

باڵندەيەكی بچوك زستان بەرەو باشور خەريكی فڕین بوو. ئاسمان ئەوەندە سـارد بـوو كە باڵندەكە توانای فڕینی نەما و كەوتە ناو كێڵگەيـەكی گـەورەوە. كاتێـك كـە لـەوێ كەوتبوو، مانگايەك هاتە لای و هەندێك پيسای كرد بەسەريدا.

لەبەر ئەوەی لەناو پيسايەكەدا كەوتبوو، كەم كەم گەرمی دەبوويەوە. بۆيە چۆلەكەكە بە خۆشحاڵيەوە لەناو پيسای مانگاكەدا خەوت، كاتێكيش هەستايەوە، لە خۆشحاڵی دا دەستی كرد بە جريواندن.

پشيلەيەك لەو نزيكانە تێدەپـەڕی، دەنگـی چـۆلەكەكەی بيسـت. كاتێـك پشـيلەكە گەڕايەوە بۆ دەنگەكە بينی چۆلەكەيەكە و لەناو تەپۆڵكەيـەك پيسـای مانگايەكدايـە. بەخێرايی دەری هێنايەوە و قوتی دا.

دەرئەنجام: مەرج نيە هەركەسێك شتێكی ناخۆشت پێ بدات ئەوە دوژمنـی تـۆ بێت، هەلومەرجی ناخۆش لەوانەيە بتوانێت ڕزگاركەری تۆ بێت، مەرجيش نيە هەركەس تۆ لە بارودۆخێكی ناخۆش و خراپ دەربهێنێت ئـەوە ڕزگـار بـووە، لەوانەيـە سـەرەتای نەگبەتی تۆ بێت.

جوڵاندنی بێشکە خەو دەسازێنێت بۆ منداڵ لە جوڵە و
لەوەدا زیاتر بەهێز دەبێت جەستە و هێزمان.
(صائیب تەبریزی)

(فەرمانەکانی مامۆستا
وەکو میهرەبانیەکانی باوکە)

تاقیکردنەوەی کۆرسات تازە تەواو بووبوو، لە ناو زانکۆ خوێندکارێکم بینی. پرسیاری تاقیکردنەوەکانم لێ کرد، ئەویش وتی: (هیچ کامیان قورس نەبوون، جگە لە تاقیکردنەوەی یەکێك لە مامۆستاکان کە دەرچوون لە ئیمتیحانەکانی دا زۆر زەحمەتە و مەگەر فیل دەربچێت. مامۆستا دەبێت دنیایەك سەعی بکەم تەنها بۆ ئەوەی دەربچم.

پرسیم: (ئایا لەلای ئەو مامۆستایە زۆر فێری شت دەبیت کە هەوڵ و کۆششی زۆر دەکەیت، یان لەلای ئەو مامۆستایانە کە زۆر گرنگی نادەن بە بەرنامە و وانەکانیان؟

ڕاستیەکەی، وایە ئەوەندەی لەلای ئەو مامۆستایە فێردەبم و هەوڵدەدەم و سودی هەیە، ئەوەندە لەلای مامۆستاکانی دیکە فێرنابم و سودیان لێ وەرناگرم، بەلام ئایا نازانم بەڕاستی ئەم هەموو قورسی و بێنە و بەرەی دەوێت؟)

پرسیم: (ئایا تاوەکو ئێستا چەقۆت تیژ کردوەتەوە؟)

وەلامی دایەوە: (بەڵێ مامۆستا، تیژم کردوەتەوە.... کاتێك بە خێزانی ڕۆیشتبووین بۆ سەیران، باوکم ئەو ئیشەی بە من کرد)

پرسیم: (بۆ سود وەرگرتن لە تیژکردنەوەی چەقۆکە سودت لە بەرد وەرگرت یان لە خاولی)

خاولی؟ مامۆستا لەکوێ چەقۆ بە خاولی تیژ دەکرێت.

(رێك بەهەمان شێوەیە. چەقۆ ناکرێت بە خاولی تیژ بکرێت، چەقۆ دەبێت بە شتێکی ڕەقی وەکو بەرد تیژ بکرێت، شتێك بێت ئەوەندەی خۆی کاریگەر بێت بۆ ئەوەی چەقۆکەش بتوانێت دواتر ئیشی خۆی بکات و شت ببڕێت، ئەوەی کە بیەوێت ئیشی باش بکات دەبێت کار و هەوڵدانی قورس بکات بۆ ئەوەی بتوانێت شتی باش ئەنجام بدات.

دەتوانرێت مرۆڤەکانیش بە یارمەتی شتی نەرم تیژ بکرێنەوە، بەڵام مرۆڤ کاتێك دەتوانێت سەرکەوتووبێت بەسەر کێشە و گرفتەکاندا کە بە شتی ڕەق و بەهێز تیژ بکرێتەوە، بۆ ئەوەی ئەوانیش باشتر بتوانن ئەرکەکانی خۆیان جێبەجێ بکەن و باشتر بتوانن کاری خۆیان بکەن.

(برایان کاوانێ)

تەنها لە ناخۆشی و سەختیدا یەك چاکەکاری مرۆڤ دەگاتە ترۆپکە. لەکاتی بێ هەوایی کەمێك پەموو و لۆکە، وەکو شاخێکی گەورە دەردەکەوێت.

(پەندی هیندی)

(کاتژمێری خۆری)

ڕۆژێکیان مژدەدەرێکی ئاینی کە لە گوندێکی بەرازیلی ئیشی دەکرد لەکاتی تەواوبوونی کارەکەی و پشووی گەڕانەوە، کاتژمێرێکی خۆری لەگەڵ خۆیدا هێنایەوە بۆ گوندەکەی.

مژدەدەرەکە دەیویست بە یارمەتی ئەو کاتژمێرە بەشێوەیەکی تەواو کاتەکانیان بە شێوەیەکی ورد لە شەو و ڕۆژدا بۆ دیاری بکات.

کاتژمێرەکەی برد بۆ لای کوێخای دێکە و داوای لێ کرد لە ناوەڕاستی گوندەکەدا دایبنێت.

خەڵکەکە بە بینینی کاتژمێرەکە زۆر خۆشحاڵ و دڵخۆش بوون. هیچکام لەو خەڵکە پێشتر بەدرێژایی تەمەنیان شتی وایان نەبینی بوو.

جاری داهاتوو کاتێك گەڕایەوە بۆ گوندەکە مژدەدەرە ئاینیەکە شتێکی سەیری بینی. سەیر دەکات خەڵکی گوندەکە کۆبوونەتەوە و بۆ پاراستنی کاتژمێرەکە لە تیشکی خۆر سەقفێکی بەهێزیان بۆ دروست کردوە.

دەرئەنجام: لەوانەیە پێکەنینت بێت بە عەقڵی ئەو خەڵکە، بەڵام زۆرێك لە ئێمەش هەمان ئیش دەکەین کە ئەو خەڵکە بەو سەعاتە کردیان. زۆرجار بۆ پاراستنی خۆمان لە ڕووداوەکان حەز دەکەین لە ناوچەیەکی ئارام و خۆشدا بژین و ئەو بارودۆخە بەجێدەهێڵین، بەڵام ئەوە نازانین کە بە ئەنجامدانی ئەو کارە بوونی خۆمان لەدەست

دەدەین، لەبری گەشەکردن و شانازی، ئارامی و ئاسایش هەڵدەبژێرین و بەم هەڵبژاردنە لە پەیامی ڕاستەقینەی خۆمان دوور دەکەوینەوە. دەڵێن: **کەشتیەکان لە بەندەردا لە ئارامی و ئاسایشێکی زۆرتردان، بەڵام لە ڕاستیدا کەشتیەکان بۆ ئەوە دروست نەکراون کە لە بەندەرگاکاندا بێننەوە.**

ئـــەگەر جـــولەکـەیەك قـاچێـــکی بشکێت دەڵێت خودایە سوپاس بۆ تۆ کە هـەردوو قاچـم نەشـکا، و ئەگەر هەردوو قاچی بشکێت دەڵێت خودایە سوپاس بۆ تۆ کە ملم نەشکا.

(پەندێکی جولەکە)

(خودایە سوپاس...)

خودایە سوپاس بۆ تۆ بەدرێژای شەو دەنگی خرپە خرپـی پیاوەکـەم دەبیسـتم، ئەمـە واتە ئەو زیندوە و سەلامەتە.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە کچە گەنجەکەم هێشتا لە شۆردنی قاپ و قاچاخەکە گلەیی هەیە،ئەمە واتە ئەو هێشتا لە ماڵەوەیە و بەسەر جادەکانەدا بەردەڵا نەبووە.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە زەریبە دەدەم، ئەمە واتە کار و کاسپێکم هەیە.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە ئیش و کار و خت و پشـی پـاش میوانـداری کـردنم هەیـە لەماڵەوە، ئەمە واتە هێشتا میوانم هەیە و خەڵکی دێت بۆلام.

سوپاس خودایە جلەکانم تەسك بوونەتەوە،ئەمە واتە بە پێی پێویسـت خـواردن هەیـە بخۆم.

سوپاس بۆ تۆ خودایە، کە لە کۆتایی ڕۆژدا بەتەواوی ماندوو و شەکەتم، ئەمـە واتـە بەپێی پێویست ئیش و کارم هەیە.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە دەتوانم پەنجەرەکانم پاك بکەمەوە و زەویەکەی بشۆم، ئەمە واتە خانووم هەیە و شوێنێکم هەیە بۆ دانیشتن.

خودایە سوپاس بۆ تۆ شوێنێکی دوورم دەست دەکەوێت بۆ ئـەوەی سـەیارەکەی تێـدا ڕاگرم،ئەمە واتە هێشتا توانای ڕۆیشتم هەیە بە پێی و دەتوانم سود لە قاچەکانم وەرگرم.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە دەتوانم دەنگە دەنگی دراوسێکانم ببیستم، ئەمە واتە هێشتا دەتوانم ببیستم.

زۆر سوپاس خوادیە بۆ ئەوەی ئەو هەموو شۆردن و شتنەم هەیە، ئەمە واتە هێشتا جلوبەرگی پێویستم هەیە بۆ لەبەرکردن.

خودایە سوپاس بۆ تۆ کە دەتوانم هەموو بەیانێك بە جەرەسی سەعاتەکەم هەستم، ئەمە واتە هێشتا من زیندووم و دەتوانم بجولێم.

خودایە زۆر سوپاس کە هەندێکجار نەخۆش دەکەوم، بۆ ئەوەی بیرم بکەوێتەوە کە من زۆرجار سەلامەت و لەش ساغم، و دەبێت هەمیشە تۆی گەورە و میهرەبانم لە بیر بێت.

خودایە زۆر سوپاس کە خەلاّتەکانی جەژنەکان دەتوانێت گیرفانم خالّی بکەنەوە،

ئەمە واتە من هێشتا کۆمەڵە خۆشەویستێکم هەیە کە دەتوانم هاوکاریان بکەم و یارمەتیان بدەم.

بە ژمارەی شەوەکان ڕۆژیش بوونی هەیە بە سوڕانەوەی زەوی بە دەوری خۆردا درێژی شەوەکان و ڕۆژەکان لە ساڵێکدا یەکسان دەبێت. تەنانەت خۆشبەختترین ژیانەکانیش ناتوانێت بەبێ کەمێك لە تاریکی بەسەر ببرێت و وشەی شادی ئەگەر بە کەمێك خەم و خەفەتەوە بەسەر نەبرێت بێ مانا دەبێت.

(کارل یۆنگ)

(وێنای ئارامی)

پاشایەك خەلاتێکی گەورەی بۆ هونەرمەندەکان دانا بۆ ئەوەی بتوانن باشترین شێوەی ئارامی وێنە بکێشن. وێنەکێشەکان بەرهەمێکی زۆری خۆیان نارد بۆ کۆشك. کۆمەڵێك وێنە هەبوون کە دارستانیان پیشان دەدا لە ئێوارەندا، یان ڕووبارێکی ئارام، یان کۆمەڵە منداڵێك کە ڕایان دەکرد، یان دڵۆپەی شەونم و گەڵای گوڵی سور و چەندین شتی دیکە.

پاشا سەیری هەموو تابلۆکانی کرد. بەڵام دەرەنجام تەنها دوو تابلۆیانی هەڵبژارد. یەکەمیان وێنەیەك بوو کە دەریایەکی ئارام بوو لەبەردەم کۆمەڵێك شاخی گەورەدا، لەگەڵ ئاسمانێکی پاك و سامالدا. لە هەندێك شوێنی ئاسمانیشدا کەم کەم هەور دەبینرا و لە سوچێکی ڕووبارەکەشدا ماڵێکی بچوك هەبوو. پەنجەرەکەی کرابوویەوە، دووکەڵ لە لولەی سەربانی ماڵەکە دەهاتە دەرەوە.

وێنەی دووەمیش کۆمەڵە شاخێك بوون، بەڵام شاخەکان ناهەموار بوون، نوکی تیژ و دەرپەڕیو، ئاسمان بەسەر شاخەکانەوە زۆر بێ بەزەییانە تاریك بوو و هەورەکانیش ڕەش، و بارانێکی خێرا دەباریی. ئەم تابلۆیە هیچ هەماهەنگێکی نەبوو لەگەڵ تابلۆکەی دیکەدا. بەڵام کاتێك کە کەسێك بە وردی سەیری تابلۆکەی دەکرد لەبەناو درزی تاشە بەردەکاندا، بێچوە چۆلەکەیەکی دەبینی، لەناو ئەو هەورە تریشقە و لێزمە بارانەدا، بێچوە چۆلەکەکە بە ئارامی دانیشتبوو.

پاشا کۆشك نشینەکانی کۆکردەوە و ئەوەی خستەڕوو کە براوەی ئەم پێشبڕکێی وێنای ئارامییە، تابلۆی دووەم دەبێت. پاشان ڕوونی کردەوە کە:

ئارامی ئەوە نیە کە لە شوێنێکی بێدەنگ و بێ کێشە، بەدەست بهێنرێت، ئەو شتەیە کە دەهێڵێت لەناو هەلومەرجی قورس و دژواردا، ئارامی لە دڵی ئێمەدا بپارێزرێت، ئەمە تەنها مانای ڕاستی و حەقیقەتی ئارامییە.

شەونێك كە توشی ترس بووبین و ترسابین چەند ئاسان

بنە دەوەنێكمان لێ بووە بە ورچ

(شكسپیر)

(تــەم)

بە پێی ڕاپۆرتی لێكۆڵەرەوان و شارەزایان، ئەو تەمە خەستەی بە قولاّیی سـەد فـوت دەوری حەوت بینای گەورەی شـاری گرتبێـت، لـە ئـاوێكی كـەمتر لـە یـەك پـەرداخی خواردنەوە پێكهاتووە.

ئەم پرسە دەتوانرێت لەگەڵ قوڵی ئەو پرسە نیگەرانكەرانەی كە ژیانی ئێمە دادەگـرن بەراورد بكرێت. ئەگەر لەتوانامانـدا هەبێت ئاینده ببینین و ئەگەر بتوانین كێشەكان بـەو شێوەیەی كە ڕاستین بیان بینین، كێشەكان نەك هەر ناتوانن ئێمـە سـەبارەت بـە دنیـا و تەنانەت سەبارەت بە ژیانیش كوێرمان بكەن، بەڵكو دەتوانین كێشەكان بە هەمان ڕادە و ڕەهندی واقعی خۆیان ببینین.

سەرەڕای ئەوەی كە ئەگەر هەموو ئەو شتە بێتاقەتكەرانەی ژیـان ئەوەنـدەی ڕاسـتی خۆیان كەمیان بكەینەوە، ئەگـەری ئـەوەی هەیـە بتـوانین هـەموو ئـەو كێشـانە لـەناو پەرداخێكی ئاو خواردنەوەدا كەم بكەینەوە.

ئەوە فێرببە کە تەنها ٢٠٪ کاتی خۆت تەرخانی
کێشەکان بکە، و ئەوەی دیکە کە دەمێنێتەوە تەرخانی
بکە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان.

(ئەنتۆنی رابینز)

(پەرداخی کێشەکان)

مامۆستایەك بە دەستپێکردنی وانەکەی پەرداخێکی پڕ لە ئاوی گرت بەدەستیەوە. بەرزی کردەوە بۆ ئەوەی هەموو خوێندکارەکان ببینن. پاشان پرسیاری کرد لە خوێندکارەکان:

(بە بۆچوونی ئێوە کێشی ئەم پەرداخە چەندە؟)

خوێندکارەکان وەلاَمیان دایەوە: (١٠٠ گرام، ١٥٠ گرام)

مامۆستا وتی: تەنانەت منیش بەبێ کێشانەکردنی نازانم بە تەواوتی کێشی چەندە. بەلاَم پرسیاری من ئەوەیە: ئەگەر من ئەم پەرداخە بەم شێوەیە چەند خولەکێك بەدەستمەوە بگرم چی ڕوودەدات؟

خوێندکارەکان وتیان: هیچ ڕووداوێك ڕوو نادات.

مامۆستا پرسی: باشە ئەگەر ئەی کاتژمێرێك بەم شێوەیە بیگرم چی ڕوو دەدات؟

یەکێك لە خوێندکارەکان وتی: مامۆستا دەستت دەئێشێت و ئازار پەیدا دەکات.

ڕاستە، ئەی ئەگەر بەدرێژایی ڕۆژ پەرداخەکە بگرم بەدەستمەوە چی دەبێت؟

خوێندکارێکی دیکە وتی: دەستت بێ هەست دەبێت، عەزەلاَتەکانت کەنەفت دەبن و بە دلَنیاییەوە وات لێ دێت دەتبەن بۆ نەخۆشخانە.

و هەموو خوێندکارەکان پێکەنین.

مامۆستا وتی: زۆر باشە. ئایا لەم ماوەیە کێشی پەرداخەکە گۆڕاوە؟

خوێندکارەکان وەڵامیان دایەوە: نەخێر

مامۆستا وتی: کەواتە چی دەبێتە هۆی ئەوەی کە ئازار و سەختی و نارەحەتیم توش ببێت؟ لە بەرامبەردا دەبێت چی بکەم؟

خوێندکارەکان گێژ بوون. یەکێکیان وتی (دەبێت پەرداخەکە دابنێیت.)

مامۆستا وتی: رێك کێشەکانی ژیانیش بەم شێوەیەیە. ئەگەر کێشەکان چەند خولەکێك لە مێشکتدا چارەسەر بکەیت و دایانبنێیت کێشە نین و قورس نین، بەڵام ئەگەر ماوەیەکی زۆر بیریان لێ بکەیتەوە، توشی سەرە ئێشە دەبیت. ئەگەر زیاتر بیانهێڵیەوە، فەلەجت دەکەن و ئیدی توانای ئەوەت نیە هیچ کارێکی دیکە ئەنجام بدەیت.

بیرکردنەوە لە کێشەکانی ژیان گرنگە. بەڵام باشترە دەبێت لە کۆتایی هەموو رۆژێکدا و پێش ئەوەی بخەوێت ئیدی فرێیان بدەیتە سەر زەوی و وازیان لێ بهێنیت. بەم شێوەیە ناکەویتە ژێر فشارەوە، هەموو بەیانێك بەهێزانە و لێهاتوانە هەڵدەسیتەوە و دەتوانیت هەموو ئەو کێشە و گرفتانە چارەسەر بکەیت کە دێنە رێگەت و بۆت دروست دەبن.

هاورێم:

ئەوەت لەبیر بێت کە هەر ئەمرۆ پەرداخە ئاوەکە لەسەر زەوی دابنێ، ژیان هەر ئەمەیە.

چاکەکاری و گەورەیی و سالاری و پیاوەتی لەناو
بەلای سەخت و دژوار و قورسدا دروست دەبێت
(رودەکی)

(بەشە زیویەکەی خاکەناز)

ئەگەر سەیری خاکەناز ئەو کەرەستە سادەیەی کشتوکاڵ بکەین، تێ دەگەین کە دەم و لیوی ئەو خاکەنازە کە بەردەوام بە زەویدا ڕۆ دەچێت و پەیوندی هەیە بە زەوییەوە و زۆرترین قورسایی دەکەوێتە سەر شانی، وەکو ڕەنگی زیوی لێ هاتووە، بەلام بەشەکانی دیکەی بەو شێوەیە نیە کاتێك کە سەیری کۆتایی دەمەکەی دەکەین دەبینین بەتەواوەتی ڕەشە و ڕەگی ژەنگی پێوەیە.

جەستە و رۆحی مرۆڤیش بەم شێوازەیە. هەرچی زیاتر هەوڵبدەین و چالاکی و جوڵەی زیاترمان هەبێت، بەهەمان ڕادە خۆشحاڵتر، زیندووتر و پڕ لە وزە و گەرم و گوڕتر دەبین.

بۆ پەیبردنی بابەتەکە بەشێوەیەکی باشتر سەیری ئەم باسەی (نایتینگل) بکە، دەڵێت: (لە سەفەرێکدا لەگەڵ کوڕەکەم ڕۆیشتین بۆ گینەی نو، سەیرم کرد مەرجانەکانی ناوەڕاستی دەریاکە، ئەو شوێنەی کە ئاوەکە ئارامە، بە زۆری ڕەنگی خۆیان ون کردوە و هیچ جۆرە ژیانێکیان پێوە نابینرێت، بەلام مەرجانەکانی ئەو شوێنەی کە دەریاکە نائارامە و لە حاڵەتی جوڵەدایە، ئەو شوێنەی هەڵکشان و داکشان زیاتر دەگیرێتەوە، درەوشاوەتر و جوانترن.

پرسیارم کرد لەو کەسەی کە لەگەڵماندا بوو و ڕێنوێنی دەکردین، لە وەلامدا وتی: (مەسەلەکە زۆر سادەیە. مەرجانەکانی ئەو شوێنەی کە ئاوەکە ئارامە و وەستاوە توشی هیچ جۆرە دەرگیرێك و هەڵبەز و دابەزێك نەبوون و لە ژیانیاندا ئارامن، لە کاتێکدا ئەو مەرجانەی کە بەردەوام لە حاڵەتی هەڵکشان و داکشانی دەریادان، گەشە دەکەن و بەردەوام جوان و تەڕ و تازەن.

ئەوە بزانە هەر ئازار و کێشەیەکت بۆ بێت لە ئاسمانەوە
چاوەڕێی ئەوە بکە، کە خەلاتێکی گەورە و گرانبەهای
بەدواوە بێت

(مەولەوی)

(دورگە)

ڕۆژێکیان کەشتێك لە ناو دەریادا بووە دیلی تۆفان و گێژەڵووکەی دەریایی، لەناو هەموو سەرنشینەکانی کەشتیەکە تەنها دوو کەس ڕزگاریان بوو، ئەوانیش زۆر بە سەختی و دژواری خۆیان گەیاندە دوورگەیەك.

یەکێکیان پیاوێکی بە ئیمان و یەکێکیشیان پیاوێکی بێ ئیمان بوو.

ڕۆژێك دواتر کابرای ئیماندار دوعایەکی زۆری کرد و داوای کرد لە خوای گەورە کە یارمەتیان بدات، پاشان لە کەناری ئاوەکە بەرەو کوخێك ڕۆیشتن لە پڕێکدا بینیان کوخەکە ئاگری گرت. کابرای بێ ئیمان وتی: تف لەو چانسە ئەمە هەموو دەرەئەنجامی دوعاکان و پاڕانەوەکانی تۆ بوو!

کابرای ئیماندار وتی: (ئەمەش دەبێت حیکمەتێکی تێدا بێت نابێت بێتاقەت ببین، چونکە خودای گەورە سەیرمان دەکات!

بۆ بەیانی ئەو ڕۆژە کەشتێك هات بۆ دوورگەکە و ڕزگاری کردن.

کاپیتانی کەشتیەکە وتی: (ئێمە دوێنێ دووکەڵێکی زۆرمان بینی لە دوورگەکە وامانزانی پێویستان بە یارمەتی هەیە بۆیە بەرەو دوورگەکە هاتین.

دەرەئەنجام: زۆرجار تێپەڕینی کات ئەوە دەسەلمێنێت ئەوەی ئەمڕۆ بە کارەسات و مەینەت ناو دەبرێت، تێ دەگەین کە میهرەبانی و لوتفی خوداوەند بووە.

خودا ئەگەر دەرگایەك دابخات لە حیکمەتەوەیەو

ئەگەر دەرگایەکی دیکەش بکاتەوە لە ڕەحمەتەوەیە

ئەگەر دەتەوێت مێشك و بیرت ئارام بێت ئەوا خۆت بلكێنە بە پێشهاتەكانی ژیانەوە و خۆت دوور نەخەیتەوە.

(كارەسات)

سالآنێكی زۆر پێش ئێستا لە ئۆسكتلەند، خێزانی (كلارك) ئارەزوویەكیان هەبوو. كلارك و خێزانەكەی زۆر بە زەحمەت و نارەحەتی ئیشیان دەكرد و پاریان دەخستە ناو بانكەوە، بەو نیەتەی كە بە خێزانەوە واتە بە نۆ كەسەوە بڕۆن بۆ ئەمریكا.

چەندین ساڵ درێژەی كێشا، بۆیە بەهەر شێوەیەك بوو توانیان پارە كۆ بكەنەوە و ڤیزەی سەفەر وەربگرن و لە ناو كەشتییێكدا شوێن بگرن.

ئەم كارە، هەموو ئەندامەكانی خێزانەكەیانی نوقمی خۆشی و هەیجان كرد بوو. بەڵام چەند ڕۆژێك پێش سەفەركردن منداڵە بچوكەكەیان سەگێك گازی لێ گرت. پزیشك چارەسەری كوڕەكەی كرد، بەڵام ئالآیەكی زەرد لەسەر ماڵەكەیان هەڵكرا، وەكو نیشانەیەك كە ئەگەری ئەوەی هەیە نەخۆشی هاری، هەموو ئەو خێزانە بگرێتەوە، بۆیە بۆ ماوەی چواردە ڕۆژ هەموو خێزانەكە خرانە ژێر چاودێرییەوە و ڕێگە نەدرا بەهیچ شێوەیەك بێنە دەرەوە.

خەونی خێزانەكە هەرەسی هێنا.

ئەوان نەیاندەتوانی بە پێی ئەو بەرنامەیە كە دیانڕشتبوو بڕۆن بۆ ئەمریكا، باوك لە كاتێكدا كە لەو پەڕی نائومێدی و بێتاقەتی لە ماڵەوە هاتە دەرەوە ڕۆیشت بۆ بەندەرەكە بۆ ئەوە بە كوڵێك خەفەت و بێتاقەتیەوە سەیری كەشتیەكە بكات كە لە بەندەرەكە دەرچوو بوو. باوكەكە زۆر بێتاقەتانە سەرزەنشتی كوڕەكەی كرد و دەستی كرد بە قسە وتن و ناشوكری كردن و تفی لە بەختی ڕەشی خۆی دەكرد.

پێنج ڕۆژ دوای ئەوە هەواڵێکی ترسناک گەیشتە گوێی خەڵکی ئۆسکتەلەندە و هەموو خەڵکی جیهان: کەشتی گەورەی (تایتانیك) نوقم بووە. ئەو کەشتەیەی کە دەوترا هەرگیز نوقم نابێت، چووە ناو قولاَیی زەریاوە و بە هەزاران ژیانی لەگەڵ خۆیدا بردە ژێر دەریاوە. بڕیار بوو خێزانی کلارکیش بەو کەشتیە سەفەر بکەن، بەلاَم بەهۆی ئەوەی کە کوڕە بچوکەکەیان سەگ گازی لێ گرت، نەیانتوانی سەفەرەکە بکەن و بەجێمان.

کاتێك کلارك هەواڵەکەی بیست، کوڕەکەی گرتە باوەشەوە و سوپاسی خودای کرد کە خێزانەکەیانی ڕزگار کردووە.

سەرەتا ئەو ڕووداوەی کە بەسەریاندا هاتبوو ئەوان بە کارەساتێکی گەورەیان دەزانی، کەچی هەر ئەو کارەساتە گۆڕا بۆ خێر و بەرەکەتێکی گەورە.

(خاڵ كوتان)

پیاوێك به بانگەشەی پاڵەوانی دەچێت بۆ لای خاڵ كوتێك بۆ ئەوەی وێنەی شـێرێكی بەخاڵ بۆ دروست بكات. لەو ناوچەیە خاڵ كوتان سەرەڕای ئەوەی كە هەموو شتێكیان لێ دروست دەكرد وەكو وێنەی ئاژەڵ و مرۆڤ و نوسینی شـیعر و وتـە و نیشـانە، وەكـو نیشانەیەكیش بۆ بەهێزی و ئارامگری دەزانرا.

ئەو كەسەی كە خاڵی بۆ دەكرێت دەبێت بەلایەنی كەمـەوە دوو كاتـژمێر تەحـەمولی دەرزی و ئەو لێدانانە بكات كە لەسەر جەسـتەی دەكرێـت لەگـەڵ ئـەو ماددەیـەی كـە دەكرێتە ناو كوتانەكەوە.

كاتێك كە كابرای وەستا خەریكی دەركردنی وێنەكە بوو لەسەر شانی كـابرا، ئـازار و ئێشی دەرزیەكە بۆ كابرا مایەی تەحەمول و قبوڵ كردن نەبوو. بۆیە كابرا دەست دەكات بە پیشاندانی نارەزایەتی و بەرگری دەكات و ئازاری پێ دەگات، بۆیە پرسیار لە كـابرای وەستا دەكات و دەڵێت باشە تۆ لە چ بەشێكی شێرەكەوە دەستت پێ كردوە:

پاڵەوان ناڵە و هاواری لێ هەستاو وتی
كوژرام كوژرام، خەریكی چ بەشێكی؟
وتی: (ئاخر فەرمووت شێرم بۆ دروست بكە
وتی: لە چ ئەندامێكەوە دەستت پێكردوە؟
وتی: لە كلكیەوە دەستم پێكردوە؟
وتی: واز لە كلكەكەی بهێنە و دروستی مەكە)

ئازار و دەرزیەکە نەیهێشت کلکی شێرەکە دروست بکات. وەستا دەرزیەکەی لە شوێنی کلکی شێرەکەی دەرهێنا، و چەقاندی بەو شوێنەی کە دەست نیشان کرابوو بۆ سەر و گوێی شێرەکە.

پاڵەوان تەحەمولی نەکرد و وتی:

ئەمە چ ئەندامێکی شێرەکەیە

وتی: ئەمە گوێیەتی، ئەی پیاوی باش

وتی: با گوێی نەبێت ئەی حەکیم

بۆیە وەستا وازی لە خاڵ کوتان هێنا لە کلکی و گوێی و دەستی کرد بە دروست کردنی سکی.

دیسانەوە پاڵەوان هاواری لێ هەستا و وتی: ئەی ئێستا کام بەشیەتی؟ وەستا وتی ئەمە بەشی سکیەتی:

وتی پێویست ناکات فرمێسك بڕێژم

بۆ ئەوەی سکی شێرەکە دروست بکەیت

وزی لێ بێنە وەستا.

وەستاش بە واقوڕمانەوە وەستا و ئینجا:

دەرزیەکەی فڕێدایە سەر زەوی

و وتی تاوەکو ئێستا کێ بینیویەتی شێرێك بێ کلك و بێ گوێ و بێ سك؟

ئەم چ جۆرە شێرێکە

خوداش شتی وای دروست نەکردوە

(مەسنەویەکانی مەولەوی)

دەرەئەنجام: ئەگەر دەتەوێت ببیت بە (شێر) دەبێت ئازار و تەحەمول و زەحمەتی شێر بوون قبوڵ بکەیت، دەبێت تێچونەکەی بدەیت. تەحەمول و سەختی و ئازار بەشێکی جیانەبووی گەیشتنە بە مەبەست و بە ئامانج بە ئازایەتی و لێهاتویی.

ئەگەر بتەوێت بە نوری کەعبە بگەیت دەبێت
خەم نەخۆیت بە دڕکەکانی بیابان و بەناویاندا بڕۆیت

(قاوەی ژیان)

کۆمەڵێك خوێندکاری دەرچووی زانکۆ پاش تێپەڕینی چەندین ساڵ و پێکهێنانی ژیانو گەیشتن بە پێگەی باش و کار و کۆمەڵایەتی خۆیان بە پێی ئەو بەڵێنەی کە پێشتر دابوویان بە یەکتری چەندین ساڵ دواتر لە شوێنێك لە زانکۆ چاویان بەیەکتر کەوتەوە.

گفتوگۆ و قسە و باسیان زۆر زوو بەرەو گلەی کردن و باس و خواستی ئیش و کاری ژیان ڕۆیشت.

مامۆستاکەیان بۆ میوانداری لە میوانەکان ڕۆیشت بۆ مەتبەخی زانکۆ و بە قۆرییێکی قاوە و کۆمەڵێك پەرداخی جۆراوجۆری سیرامیك، پلاستیك و شوشە و هەندێك پیاڵەی سادە و هەندێك پەرداخی بەنرخ و گرانبەهاوە گەڕایەوە.

سینیەکەی لەسەر مێزەکە داناو داوای کرد لە میوانەکان تاوەکو هەریەکە بۆ خۆی قاوە تێ بکات. پاش ئەوەی کە هەموویان قاوەیان تێ کرد، مامۆستا وتی: (ئەگەر سەرنجتان دابێت، هەمووتان دەستتان بۆ ئەو پەرداخە گرانبەها و بەنرخانە دەبرد کە دانرابوون و ئەوانەشی کە سادە و هەرزان و کەم نرخ بوون لە سینیەکەدا ماونەتەوە. هەڵبەتە ئەم مەسەلەیە بۆ ئێوە بە سروشتی بەرچاو دەکەوێت.

سەرچاوەی کێشە و ترس و بێتاقەتیەکانی ئێمە هەموو لەمەوە سەرچاوە دەگرن. ئێوە تەنها باشترینەکانتان بۆ خۆتان دەوێت، لە بنەڕەتدا مەبەستی هەموو ئێوە خواردنەوەی قاوە بوو، بەڵام کەچی هەموو هەوڵی پەرداخ و کوپی جوانتان دەدا و لەگەڵ ئەوەشدا سەرنجی ئەوانی دیکەشتان دەدا بۆ ئەوەی بزانن چ پەرداخ و کوپێك هەڵدەبژێرن.

بەم شێوەیە ئەگەر ژیان قاوە بێت، ئیش، پارە، پێگەی کۆمەڵایەتی هەمان ئەو کوپ و پەرداخ و پیاڵەیەی قاوە خواردنەوەیە کە تۆ هەوڵیان بۆ دەدەیت. ئەوانە تەنها

هۆکارێکن بۆ پاراستن و ڕاگرتنی ژیانی ئێمـــه، بــەلام شـــێوه و تــامی ژیــان لــەناو ئــەو شتانەدا جیاوازی نیه.

هەندێکجار، ئەوەندە بیرمان بەلای ئەو شتەوەیە کە قاوەکەی پێ دەخۆینەوە، هەرگیز ئەوەندە بیرمان لەلای تام و چێژی قاوەکە نیە. بۆیە هاوڕێیان نابێت ئێوە گرنگی بە کوپە و پەرداخەکان بدەن. لەبری ئەوە دەبێت چێژ لە قاوەکە وەرگریت و بزانیت خودی قاوەکە تامی چۆنە.

بە بۆچوونی من ئەوە گرنگــە کــە لــەناو قاپەکەدایە،نــەك ئەوەی کە بەدەوری قاپەکە و شێوەی قاپەکەدایە.

(ئەرژل ئەسمیت)

٢

کێشەکان بەهۆی گەشەنەکردنی خۆمانەوە سەر هەڵدەدەن

وابەرچاو دەکەوێت کە زەحمەت و پەرێشان بوون لە مەرگ ولەناوچوون، مانای ژیان لەناو دەبات.

بەڵام من هەرگیز ماندوونابم لە باس کردنی ئەم خاڵە: لەڕاستیدا ئەوەی لە ژیاندا لەدەست دەچێت توانایيەکان و لێهاتووییەکانی ئێمەیە، و ئەو ساتەیە کە ئەو توانایی و لێهاتوییانە بپشکوێن و ببن بە ڕاستی و ببنە بەشێك لە گەنجینەی پڕ لە بەهای مرۆڤ و ببنە ڕابردووێکی نەمری،ڕابردووێك کە هیچ شتێکی تێدا ون نابێت وهەموو شتێك بە دەست لێنەدراوی دەمێنێتەوە.

(ڤیکتۆر فرانکل)

ئامانجی ژیان ئەوەیە کە هەموو توانا بەهێزەکانی خۆت لە
پلەیەکی ئینسانی دا بپشکوێنی و بە باشترین شێوەزۆرترین
گەشەکردن و شکۆفە کردن لە خۆت پیشان بدەیت.
(باربارا ئەنجلیس)

(بەرهەمداری، باوەڕ بەخۆبوون)

ڕۆژێکیان جوتیارێك لە کێڵگەکەیدا کولەکەیەکی تەمەڵی چاندبوو. کاتێك کە کولەکەکان لەحاڵەتی گەشە کردن و گەورەبوون دا بوون، جوتیارەکە کاتێك کە لەناو بێستانەکەدا خەریکی گەڕان دەبێت شوشەیەکی بچوکی بەرچاو دەکەوێت کە پێ دەچێت کەسێکی ڕێبوار فڕێی دابێتە ناو کشتوکاڵەکەوە.

جوتیار بۆ بەدەست هێنانی ئەزموون، کولەکە تەمەڵە بچوکەکە بە هەموو حەزەرێکی تەواوەوە، بەشێوەیەك کە ساقە نەرمەکەی ئازاری پێ نەگات، دەیکات بەناو ملی شوشەکەدا.

مانگێك دواتر، کاتێك کە کێڵگەکە هاتە بەرهەم و ئامادەی کۆکردنەوەی بەرهەم بوو، جوتیارەکە بۆ سەیرکردنی کارەکەی دەچێتەوە بۆ لای شوشەکە، ناو شوشەکە پڕ بووبوو لە کولەکە، ئەو کولەکەیەی کە جوتیارەکە زۆر بە حەزەرەوە خستیە ناویەوە.

کولەکە تەمەڵەکە هاوشێوەی ئەوانی دیکە گەشەی کردبوو و گەورە بووبوو، بەلام کولەکەکە لەناو شوشەکە نەیتوانی بوو زیاتر لە سنوری خۆی گەورە ببێت. کولەکە تەمەڵەکە لەناو شوشەکەدا شێوە و قاڵبی شوشەکەی گرتبوو.

دەرئەنجام: (ئیبراهیم مازلو) دەروونناسی بەناوبانگ، بۆ یەکەمینجار مۆدێلی زنجیرە پلە پێویستیەکانی مرۆڤی دیاری کرد.

هەر مرۆڤێك لە ژیاندا لەسەر بنەمای ئەو پێویستیانەی کە لەبەرچاویدایە دەجولێت و کار دەکات کە سەرەکیترینیان بریتیە لەو پێویستیانەی کە دەبنە هۆی پاراستنی ژیانی ئەو کەسە.

ئابراهیم مازلو باوەڕی وایە کە مرۆڤ دەبێت سەرەتا پێویستیە سەرەکیەکانی خۆی بهێنێتە دی، تاوەکو وزەی پێویستی هەبێت بۆ بەدەست هێنانی نیازە بەرزەکانی دیکە. زنجیرە و پلە پێوسیتیەکانی مرۆڤ بەم شێوەیەی خوارەوەن:

١- پێویستیە فیزیۆلۆجییەکان: پێویستی بە ئۆکسیجین، خواردن، ئاو، خانوو، (شوێنی نیشتەجێ بوون، گەرما، پەیوەندی سێکسی، خەو و پۆشاك)

٢- پێوستیە ئاسایشییەکان: ئارامی لەبەرامبەر هۆکارە سروشتیەکان (بومەلەرزە، تۆفان) ئاسایشی کۆمەڵایەتی وەکو، دارایی، ئیش و کار) و هتد، و هەروەها ڕێکخستن، یاسا، و جێگیربوونە ئارامییەکان.

٣- پێویستییە عەشقیەکانی تاك و بە پێچەوانەوە.

٤- پێوسیتییە پشتیوانی و ڕێزییەکان: عزەتی نەفس، سەرکەوتن، لێهاتویی و سەربەخۆیی، دەسەلاتگەرایی، متمانە، بەناوبانگی، دەسەلات و پێگە و باوەڕبەخۆبوون.

٥- پێوسیتیە ناسراوی و دیارەکان: زانست، تێگەیشتن و زانین.

٦- پێویستییە جوانناسییەکان: گەڕان بەدوای جوانییەکان، هەماهەنگی، هاوسەنگی بەراورد، گونجان و ڕێکخستن.

٧- پێویست بە شکۆفەکردن و پێگەیشتویی و پەی بردن بە کامڵ بوونە کەسییەکان، دادگەری، ناسینی ماهیەت و ناوەرۆکی خود.

٨- پێویستییە بەرزەکان: یارمەتی کەسانی دیکە و بەدەستهێنانی پلەکانی تێگەیشتن و پێگەیشتنی خود، پێوستیە مەعنەوییەکان. پێویستیەکانی گەشەکردن و دەرکەوتن و سەرکەوتنی لێهاتوییەکان و سود وەرگرتن لەو ئاراستە و لایەنانەی کە

دەبێتە هۆی خۆشبەختی و سەرکەوتن و گەورەیی بۆ مرۆڤ، و بەبی سەرکەوتنی ئەو گرنگییە، ژیان لە هەوراز و نشێودا خۆی دەبینێتەوە. بەلاّم دەبێت ئاگادارین کە:

١- مرۆڤ، جوتیار و پەروەردەکەری خۆیەتی و زۆترین پشکی بەرپرسیاریەتی لەم زەمینەیەدا پەیوەستە بە **ئایندەی زۆرێك لەو شتانەی کە پەیوەندی بەخۆتەوە هەیە: بەلاّم پێش هەموو شتێك پەیوەستە بە خودی خۆتەوە.**

٢- بیروباوەڕەکان و بۆچوونەکان ئەو لایەنەن کە ئێمە لەناویدایین و دەتوانین بەو بیروباوەڕو تێڕوانینانەمانەوە گەشە بکەین. تاوەکو زیاتر ئیمان و باوەڕمان بەخۆمان هەبێت ئەوەندە زیاتر دەتوانین پەی بە ڕەهەندە گرنگەکانی ژیان و لایەنە گرنگەکانی ژیان بەرین و باشتر دەتوانین لە ئاستی گرنگی خۆمان تێ بگەین.

ئایا باوەڕت بەوە هەیە کە جەستەیەکی بچوکت هەیە، لە کاتێکدا لەناو دەروونی تۆدا جیهانێکی گەورە شاردراوەتەوە.

(ئیمامی عەلی)

(تۆ شاکارێکی گەورەیت)

چەند ساڵێك پێش ئێستا لەگەڵ خێزانەکەمدا سەفەرێکمان کرد بۆ ئیتالیا. لە فلۆرانس مۆزەخانەیەکی تایبەتی هەبوو کە پەیکەری (داود) ئیشی (مایکل ئەنجیلۆ) لەناودا دانرابوو لەوانەیە ئەمە جوانترین پەیکەر بێت کە لە جیهاندا بوونی هەبێت.

باسی دروستبوونی پەیکەری داود زۆر سەرنجڕاکێشە و بۆ هەموومان پەندێکی گەورەی تێدایە. مایکل ئەنجیلۆ لەلایەن (مدیسیس) ڕادەسپێردرێت تاوەکو بۆ مەیدانی سەرەکی شاری فلۆرانس پەیکەرێك دروست بکات. لەو سەردەمەدا مدیسیس، کۆنترین و دەوڵەمەندترین خێزان بوون لە ئیتالیادا. داوا کردن لەلایەن مدیسیسەوە نەك هەر شانازێکی گەورە بوو، بەڵکو ئەرك و داواکارێك بوو کە هیچکەس نەیدەتوانی ڕەفزی بکاتەوە. مایکل ئەنجیلۆ بۆ ماوەی ٢ ساڵ بەشوێن بەردێکدا گەڕا تاوەکو بتوانێت داواکارییەکەی مدیسیس جێبەجێ بکات.

دەرەنجام لە یەکێك لە کۆڵانە لاوەکیەکانی فلۆرانس، لە حەوشەیەکدا کە پڕ بوو لە گژ و گیا، مایکل ئەنجیلۆ بەردێکی مەڕمەڕی گەورەی دۆزیەوە. ئەم بەردە چەندین ساڵ پێشتر لە شاخەوە بەربووبوویەوە و کەوتبوویە ئەو ناوچەیەوە و هیچ کەس سودی لێ وەرنەگرتبوو. ئەنجیلۆ چەندین جار لەو جادە و کۆڵانەوە تێپەڕی بوو، بەڵام ئەمجارە باشتر سەیری کرد و باشتر گەڕا و چاکتر ورد بوویەوە بۆیە دواجار توانی ئەو پارچە بەردە مەڕمەڕە بۆ پەیکەری داود بدۆزێتەوە.

هەواڵی ئەوەی کە مایکل ئەنجیلۆ لەسەر داواکاری خێزانی مدیسیس کار دەکات لە هەموو ئیتالیادا بلاو بوویەوە. کاتێك ڕۆژی پەردە لابردنەکە لەسەر پەیکەرەکە گەیشت بە هەزاران خەڵك لە سەرتاسەری ئیتالیا لەو مەیدانە سەرەکییەی شار کۆبونەوە. کاتێك کە پەردەکە لابرا لەسەر پەیکەرەکە بە هەزاران کەس نوقمی واقوڕمان و سەرسوڕمان بوون. خەڵکی لە جوانی ئەو پەیکەرە دەستیان کردبوو بە دەمیاندا.

کەمێك دوای لابردنی پەردەی سەر پەیکەرەکە، پرسیاریان کرد لە مایکل ئەنجیلۆ کە چۆن توانیت پەیکەرێك لەو ئاستە جوان و هونەرییە دروست بکەیت.

ئەویش وەڵامی دایەوە: (تەنها ئیشێك کە کردم ئەوە بوو ئەو بەشە زیادەی کە پەیکەرەکەی داود نەبوو لە بەردە مەرمەڕەکەم کردەوە و تاشیم و لام برد.)

هاوشێوەیەکی زۆر لە نێوان تۆ و پەیکەری داود دا هەیە. تۆش شاکارێکی گەورەیت لەناو دڵی تاشە بەردێکدا. بەڵام ئەو تاشە بەردەی کە تۆ و زۆرێك لە کەسانی وەکو تۆی لەناو خۆی دا دروست کردووە بەهۆی کورتبینی و خۆبەکەم زانینی خۆتەوەیە کە ناتوانیت زیادەکەی سەر گەورەیی خۆت لابەریت.

بۆ سود وەرگرتن لە هەموو تواناکانی خۆت دەبێت خۆت بەدوور بگریت لە هەموو ئەندێشە و بیرکردنەوەیەکی سنوردار، دەبێت هەموو تواناییەکانت تاقی بکەیتەوە و دەبێت باوەڕە سلبیەکانی خۆت دەربهێنیت.

بەڵام نەوەت لەبیر بێت، کاتێك کە پەیکەری داود لە تاشە بەردەکە، شێوەیەکی دەرەکی پەیدا کرد، دوو ساڵ درێژەی کێشا تاوەکو توانرا ڕوخساری ئەسڵی خۆی دەربخرێت. تۆش بەهەمان شێوە، دەبێت نیش لەسەر خۆت بکەیت، دەبێت چەندین ڕۆژ و هەفتە و مانگ و تەنانەت چەندین ساڵیش فێر ببیت و ڕاهێنان بکەیت تاوەکو بتوانیت پەی بە تواناییەکانی خۆت بەریت و بتوانیت لەناو بوونی خۆتدا ئەوە بدۆزیتەوە کە بەڕاستی تۆ چیت و دەتوانیت چی بکەیت.

(برایان تریسی)

لاپەڕەکانی مێژوو پڕن لە نمونەکانی وەکو داڤینشی، لینکۆلن، هێلین کۆلەر، غاندی، لوسەر کینگ، ئەنشتاین، و زۆرێك لە کەسانی دیکە کە کارێکی زۆریان لەسەر خۆیان کردوە و توانیویانە بە توانایی و لێهاتوییەکانی خۆیان بگەن.ئەو هێز و تواناییەی کە لەبەردەستی ئەواندا هەبووە لە بەردەستی تۆشدا هەیە، بە مەرجێك تۆش خەم و نیازێکت هەبێت و بتوانیت بەدی بهێنیت.

(ئەنتۆنی رابینز)

(ئەگەر تۆ نە، ئەی چ کەسێك؟)

پرۆفیسۆر (ئابراهیم مازلو) عادەتی وابوو کە ئەم جۆرە پرسیارانەی لە خوێندکارەکانی خۆی دەکرد:

کام لە ئێوە رۆمانی دواتر دەنوسێت؟

کام لە ئێوە شوێنی ئەلبێرت شوایتزر دەگرێتەوە؟

خوێندکارەکان بە بیستنی ئەم جۆرە پرسیارانە لە شەرماندا سور دەبوونەوە، دەست و پێی خۆیان ون دەکرد و بە دزیەوە پێ دەکەنین.

پرۆفیسۆر بە دەنگی بەرز دواتر لەبارەی ڕاستی و جدی بوونی بۆچوونەکانیەوە قسەی دەکرد و دەیوت: (ئەگەر ئێوە نەنوسن، کەواتە کێ بینوسێت؟)

ئەوەی زیندویەتی لە مردویەتی جیا دەکاتەوەچ
ـەناو گیاکانـدا بێت یـان لـەناو
مرۆڤەکاندا،گەشەکردن و شانازی کردنە.

(لە حاڵەتی گەشە کردن دا...)

(سرادموند هیلاری) یەکەمین کەس بوو کە لە ٢٩ مەی ١٩٥٣ لە شاخی ئەڤێرێست وەکو بەرزترین شاخی دنیا چووە سەرەوە. بۆیە ئەوەی کتێبەکەی بە ناونیشانی (مەترسی گەورە) نەخوێندبێتەوە، ناتوانێت تێ بگات لەوەی کە هیلاری بۆ گەیشتنە سەر لوتکەی ئەڤەرێست بێ باك بوو لە گەشـە کـردن و پێگەیشـتنی بـۆ جێبـەجێکردنی ئـەو کـارە مەترسیدارە.

باسەکە لەوێوە دەست پێ دەکات کاتێك کە هـیلاری لـە سـاڵی ١٩٥٢ هەوڵیـدا لـە شاخەکە بڕواتە سەرەوە، بەڵام نەیتوانی، هەفتەیـەك پـاش ئـەو شکسـتە، گروپێـك لـە شاخەوانە بەریتانیەکان داوایان لێ کرد کە وتارێك بدات بۆ گروپەکەیان.

هیلاری بە فیکە و چەپڵە لێدانێکی بەهێز چووە پشت مێزی میکرۆفۆنەکەوە. پاشـان دەستەکانی کردە مشتە کۆڵە و گوشینی بە دەنگی بـەرز وتـی: (ئـەی ئەڤەرێسـت، تـۆ جاری یەکەم منـت بەزانـد، بـەڵام ئـەمجارە مـن تـۆ دەبـەزێنم، چـونکە تـۆ بەتـەواوی گەیشـتویتە گەشـەکردنی خـۆت... بـەڵام مـن هێشـتا هـەر لەحاڵـەتی گەشـەکردن و پێگەیشتندام!)

زۆرێك لە خەڵك لە تەمەنی بیست و پێنج ساڵی دەمرن
بەڵام تاوەكو حەفتا و پێنج ساڵی بەخاك ناسپێردرێن
(بنجامین فرانكلین)

(تۆ تەمەنت چەندە؟)

مێژوو نوسەكان دەنوسن: لە سەردەمی هێرشی ئەسكەندەری مەقەدۆنی بۆ ئێران، دەگاتە یەكێك لە شارەكانی خۆراسان و بەو پەڕی سەرسوڕمانەوە دەبینێت، سەرەڕای ئەوەی كە هەواڵی گەیشتنی ئەسكەندەر گەیشتوەتە ئەو شارە كەچی خەڵكی درێژە بە ژیانی ئاسایی خۆیان دەدەن و كەسیش خۆی تێك نادات.

ئەسكەندەر زۆر توڕە دەبێت و لە ڕق و قیندا شمشێرەكەی دەردەهێنێت و دەچێتە لای یەكێك لە پیاوەكانی شارەكەوە و پێی دەڵێت من (ئەسكەندەرم!)

كابراش لەسەرخۆ وەڵامی دەداتەوە: (منیش كوڕی عەباسم!)

ئەسكەندەر بە چاوی سور و توڕەبوونەوە هاوار دەكات: (من ئەسكەندەری مەقەدۆنیم، ئەو كەسەی كە شارەكان ئاگر پێوە دەنێت، بۆچی لە من ناترسیت؟)

كابراش وەڵام دەداتەوە: (من تەنها لە یەك كەس دەترسم ئەویش خوداوەندە؟)

ئەسكەندەر بە ناچاری لە كابرا دەپرسێت: پاشای ئێوە ناوی چییە؟

كابرا دەڵێت: ئێمە تەنها ڕیش سپێكمان هەیە ئەویش لە دەوروبەری شار دەژی.

ئەسكەندە لەگەڵ گروپێك لە سەرانی لەشكر خۆی دەگەیەنێتە ئەو شوێنەی كە كابرای لێیە. لە ڕێگادا، بە سەرسوڕمانەوە دەبینێت لەبەردەم هەر ماڵێكدا چاڵێكی بەشێوەی گۆڕ هەڵكەنراوە.

پاش ماوەیەك دەگاتە گۆڕستانێك، ئەسكەندەر بە سەرسوڕمانەوە سەیر دەكات لەسەر هەر بەردە گۆڕێك نوسراوە: كوڕی عەلی كاتژمێرێك ژیاوە و مردوە، كوڕی یوسف دە

خولـەك ژیـاوە و مـردوە! کـوڕی فلانەکـەس ڕۆژێـك ژیـاوە و مـردوە ئەسـکەندەر و هاوکارەکانی پاش ماوەیەك ڕۆیشتن، دەگەن بە کابرای ڕیش سپی.

لێی دەپرسێت: (تۆ گەورە و ڕیش سپی ئەم خەڵکەی؟)

کابرا دەڵێت: بەڵێ من خزمەتکاری ئەم خەڵکەم!

ئەسکەندەر دەڵێت: من دوو پرسیارم هەیە، وەڵامم بدەرەوە تاوەکو لێرە بڕۆم

کابرای پیرە دەڵێت پرسیارەکانت بکە

ئەسکەندەر دەڵێت: (بۆچی لەبەردەم هەر ماڵێکدا چاڵێکی وەکو گۆڕ هەڵکەنراوە؟

کابرای پیرەش دەڵێت: (هۆکارەکەی ئەوەیە کە هەریـەکێك لـە ئێمـە کاتێـك بـەیانی دەچێتە دەرەوە و دەڕوات بۆ سەر ئیشەکەی سەیری ئەو چاڵە دەکـات و بـەخۆی دەڵێـت فلانە کەس ئاگادار بە ماڵی کەس نـەخۆیت، سـنوری کـەس نەشـکێنیت، دەسـتدرێژی نەکەیتە سەر هیچکەس، پیاو خراپی نەکەیت، ئەوە بزانە کە سبەینێ ئەوە ماڵی تۆیە و دەبێت کەسێکی باش و دادپەروەر بیت.)

ئەسکەندەر دەپرسێت: (ئەی بۆچی لەسەر بەردی هەر گۆڕێك نوسـراوە فلانەکـەس دە خولەك، یان ڕۆژێك یان چەند ڕۆژێك ژیاوە؟)

کابرای پیرەش وەڵام دەداتەوە و دەڵێت: (کاتێـك کـە کەسـێکی ئـەم شـارە خەریکـە دەمرێت، یان لەسەر مەرگدایە دەچینە لای لەبەر ئەوە هیچ دەسەڵاتێکی بەسەر خۆیـدا نەماوە و هەموو شتێك دەڵێت لێی دەپرسین ئایـا لـەکاتی ژیانـدا چـیت کـردوە، درۆت کردوە دەست بۆ ماڵی خەڵکی بردوە یان ئەم پرسیارانەی خوارەوەی لێ دەکەین.

- فێری چ کردارێك بوویت؟

و چەندە فێربوونی ئەو کردارە درێژەی کێشا؟

- فێری چ هونەرێك بوویت؟ و بۆ فێربـوونی ئـەو هونـەرە چـەند تەمـەنی خـۆت تەرخان کرد بۆ فێربوونی؟

بۆ باش بوون و گۆڕانی ژیانی خەڵکی چەند هەوڵ و کۆششت کردوە؟

> **ژیانی من مردنێکی لەسەرخۆ بوو ئەوەی کە گیانی لە جەستەم جیاکردەوە، بە تەمەن حسابم کرد.**
> **فەرخی یەزدی**

ئەو کە لەحاڵەتی گیانداندایە، بۆ نمونە دەڵێت بەدرێژایی تەمەن ماوەیەك مانگێك، هەموو ڕۆژێك کاتژمێرێك فێری زانست دەبووم، یان بۆ فێربوونی هونەر لە هەفتەیەکدا کاتژمێرێك هەوڵم دەدا. یان ئەگەر چاکە و باشێکم کرد بێت هەمووی بۆ ئەوە بووە لەلای خەڵکی خۆم بە باش بخەمەڕوو! بەڵام شەوێکیان بە دزییەوە بەبێ ئەوەی کەس بزانێت نانم کڕی بۆ دراوسێکەم کە زۆر برسیان بوو و بەدزیەوە خستمە ماڵەکەیانەوە!

پاش ئەوەی کە ئەو کەسە دەمرێت هەموو ئەو کارە چاکانەی کۆ دەکرێتەوە یان ئەو کاتانەی کە خەریکی فێربوونی زانست و هونەر بووە لەسەر گۆڕەکەی دەنوسرێت:

(کوڕی یوسف کاتژمێرێك ژیا و مرد) و یان ئەو ماوەیەی کە بۆ باشبوونی ژیانی خەڵکی هەوڵیدا بێت هەمووی کۆ دەکەینەوە و دەینوسین، ئەمە بەمانای ئەوەیە واتە ئەو کەسە تەنها کاتژمێرێك تەمەنەکەی سودی هەبووە.

بەم شێوەیە ژیانی ئێمە کاتێك مانای حەقیقی خۆی بەدەست دەهێنێت کە تەرخان بکرێت بۆ بواری هونەر، زانست و خەڵکی، و ئەوەی دیکەی کە دەمێنێتەوە هەمووی بێ مانا و جێگەی زەرەر و خراپ بوونە.

ئەسکەندەر بە سەرسوڕمان و واقوڕمانەوە شمشێرەکەی لادەبات و فەرمان دەدات بە سوپاکەی: هیچکەس دەست لە هیچ کەس نەدات و کەس دەستدرێژی نەکاتە سەر هیچکەس و زۆر ڕێزی ئەم پیرە پیاوە بگرن و بە سەرسوڕمانەوە لە شارەکە دەچێتە دەرەوە.

باشە ئێستا کەمێك بیر بکەرەوە: ئەگەر یاسایەکی لەم شێوەیە ڕەچاو بکرێت، لەسەر بەردی گۆڕەکەی تۆ چی دەنوسرێت؟

ساتێك بیر بکەرەوە... پاشان تەمەنی بەسودی خۆت حساب بکە.

کاتێك کەسێك گومانی ئەوەی کرد کە ئیدی
پێویستی بە پێشکەوتن و فێربوون نیە دەبێت
ئەو کەسە تابوتەکەی خۆی ئامادە بکات.
(ماروی)

(کێ منی دروست کرد؟)

قەشەیەك پرسیاری کرد لە کوڕێك: (دەزانی کێ تۆی دروست کردوە؟

منداڵەکە هەندێك چوو بە قوڵایی بیرکردنەوەدا و پاشان سەری بەرز کردەوە و وتی بەڵێ دەزانم کێ منی دروست کردوە، خودای گەورە بەشێك لە منی دروست کردوە. ❧

قەشەکە پرسی مەبەستت چییە لە بەشێك؟

کوڕەکە وەڵامی دایەوە: (خوداوەند منی بە بچوکی دروست کرد، ئەوی دیکە خۆم خۆم گەورە کرد.)

دەرئەنجام: مرۆڤ دوو خالقی هەیە: خوداوەند و خۆی.

خوداوەند خالقی بەدیهێنەری مرۆڤە و دەیژێنێت و دەیمرێنێت، بەڵام ئەوە مرۆڤە کە دەبێت تواناییەکان و لێهاتوییەکان و لایەنەکانی بوونی ژیانی بخاتە بواری جێبەجێکردنەوە و ژیانی ڕۆژانەی دروست بکات.

ئەگەر لەو ڕووەوە مرۆڤ نەتوانێت بوونی خۆی گەشە پێ بدات و تواناییەکان و لێهاتوییەکانی خۆی پەرە پێ بدات، ئەوا بێ گومان مرۆڤێکی ناتەواو و پێ نەگەیشتووە.

ئەگەر تۆ منداڵ بوویتایە، ئایا ئێستا دەتتوانی
شانازی بکەیت بەم گەورەبوونەتەوە
(گرنوێل کلینەر)

(دەرخەری چ شتێکی؟)

(پیتەر دراکەر) شارەزای بەناوبانگی بواری بەڕێوەبردن باسی ئەوە دەکات، کاتێک تەمەنم سیانزە ساڵ بوو، مامۆستاکەمان پرسیاری لە یەك بەیەکی خوێندکارەکان دەکرد، دەیوت: دەبێت لەبەر خاتری چی یادت بکەنەوە و بیرت بکەن؟

ئایا هیچکەس دەیتوانی لەو کاتە و لەو تەمەنەدا وەڵامێکی ڕاستی ئەو مامۆستایە بداتەوە، لەو کاتەدا مامۆستاکە پێدەکەنی و دەیوت: (باوەڕ ناکەم بتوانن وەڵامی پرسیارەکەم بدەنەوە، بەڵام ئەگەر نەتوانیت لە تەمەنی پەنجا ساڵیدا وەڵامی ئەم پرسیارەش بدەیتەوە ئەوە بزانن کە تەمەنتان بە فیڕۆ چووە.)

یەکێك لە هاوپۆلەکانی دراکەر لە شەستەمین ساڵی تەمەنی و هاوپۆلەکانی پرسی: برادەران پرسیارەکەی مامۆستاتان لەبیرە؟

هەموویان پرسیارەکەی مامۆستایان لە بیربوو. هەموویان بە ڕاشکاوانە ئەوەیان وت کە ئەم پرسیارە گۆڕانێکی زۆر گەورەی هێناوە بەسەر بیرکردنەوەیان دا، زۆرێکیان تاوەکو تەمەنی چل ساڵی نەیانتوانی بوو وەڵامی ئەو پرسیارە بەدەست بهێنن، چونکە بەڕاستی بۆ بەدەستهێنانی ئەم وەڵامە زۆرجار پێویستت بە ئیش کردن و کاتی زۆر هەیە تاوەکو بتوانیت وەڵامی ئەم پرسیارە بدەیتەوە.

دراکەر لە درێژەی قسەکانی خۆی باسی ئەوە دەکات: (من هەمیشە و بەردەوام ئەو پرسیارەم لە خۆم دەکرد ئەریٚ بەڕاست دەبێت خەڵکی بۆ چ شتێك و لەبەرچی یادی من بکەن و باسم بکەن؟)

دراکەر تێگەیشت کە ئەم پرسیارە ئەوی بەرەو کەسێکی دیکە بردوە، کەسێك کە هێشتا شایەنی ئەوەی هەیە کە بەرەو ئەو کەسایەتیە بڕوات کە دەبێت کاریگەری هەبێت و ببێتە کەسێك کە سودی بۆ دەوروبەرەکەی هەبێت.

دراکەر باوەڕی وایە، هەموو ئەو مرۆڤانەی کە لە تەمەنێکی کەمدان و دەتوانن ئەو پرسیارە ببیستن ئیدی لەلایەن کەسێکی بەڕێزی وەکو مامۆستایەك یان باوك و دایکیەوە بێت، ئەوا کەسانێکی خۆشبەختن، چونکە لەوە بەدوا تاوەکو کۆتایی تەمەنیان ئەم پرسیارە بەردەوام لەخۆیان دەکەن.

بەلاّم تۆ، ئایا بیری تۆ دەکەن و باست دەکەن؟ ئەگەر یادت دەکەن، بۆ چی و لەبەرچی؟ ئایا تۆ ئامادەگی گۆڕانت هەیە بۆ ئەوەی ببیتە کەسێکی باش و بەرز؟ ئایا لەوە بەدوا دەتوانیت لە ژیانتدا ببیتە چ کەسێك؟ ئایا دەتوانیت لەبارەی پەیمان و بەها ئەخلاقی، سەرکەوتنە مەعنەویەکان و کەمال و ڕاستگۆیتەوە بە دەنگی بەرز قسە بکەیت؟

گومانی تێدا نیە ئەگەر بێدەنگ بین، ئیدی دیار نیە کە منداڵەکانمان دەبێت گوێیان لە چ دەنگ و قسەیەکی دیکە بێت؟

(تلوەکانی تلوەشێن)

گەنجینەکەت، لەناو دەروونی خۆتدایە.لە شوێنێکی دیکەدابۆی مەگەڕێ، کۆشکەکان و پردەکان نەفسانەن. دەبێت لەناو بوونی خۆتدا پرد دروست بکەیت، کۆشکەکەت لەوێیە، گەنجینەکەشت هەر لەوێیە.

(توانا و لێهاتوییەکانت لەکوێ شاردراونەتەوە)

لە ساڵی ١٩٠٤ جوتیارێکی تەکساسی لە سەرەتای هەرەس و شکست دا بوو. وشکە ساڵی کارەساتێکی مەرگباری هێنابوو بەسەر زەویەکانی دا. بەرهەمەکانی بەهۆی بێ ئاوییەوە هەموو لەناوچوو بوون و ئاژەڵ و مانگاکانیشی لە بێ لەوەڕی و ئاوی دا هەموو توشی نەخۆشی ترسناك و کوشندە بووبوون.

ئەم پیاوە لە ترۆپکی نائومێدیدا پێشنیاری کۆمپانیایەکی گەورەی نەوتی قبوڵ کرد کە باوەڕی وابوو لە زەویەکانی ئەو دا نەوت هەیە، توانی ڕێککەوتنێکی لەگەڵدا ببەستێت. بەپێی ئەو ڕێککەوتنەی کە ئەنجامدرا لەنێوان ئەو و کۆمپانیاکەدا بڕیاردرا پاش گەڕان و پشکنین و لێدانی بیرە نەوتەکان ئەگەر کۆمپانیا سەرکەوتووبوو بە دۆزینەوەی نەوت ئەوا کابرا بەڕێژەیەك لەو پشکە بەشداری پێ بکەن و بیکەنە شەریك.

کابرای جوتیار لەو پەڕی نائومێدی و بێ هیوایی خۆیدا کە هیچ ڕێگەیەکی دیکەی نەمابوو، و تەنانەت زۆر بە زەحمەت و قورسی دەیتوانی خۆیشی بژێنێت و هەموو داراییەکانی لەدەستدابوو، و لەگەڵ ئەوەدا توشی قەرزێکی گەورەش بووبوو بەناچاری ڕێککەوتنەکەی قبوڵ کرد، بۆیە ئەوەندەی نەبرد پاش گەڕان و پشکنین کۆمپانیاکە توانی بە سەرکەوتوویی بگات بە نەوت و بڕێکی باش نەوتی دەست بکەوێت.

لە ڕاستیدا، ژێر زەویەکانی پڕ بوون لە نەوت و ئەمە لەکاتێکدا بوو کە خۆی و خێزانەکەی بەهۆی سەختی و نارەحەتییەوە خەریك بوو لە برساندا بمرن.

لێهاتوییەکان و تواناکانی کەسەکانیش هاوشێوەیەکی زۆری هەیە لەگەڵ ئەم چاڵە نەوتانە. ئەو کەسانە زۆرجار بە ڕواڵەت لە ئاستێکی سادە و زۆرجاریش داماو و نەگبەت و بی هەژارن، کەچی لەناو دەروونیاندا دەستکەوت و گەنجینەی زۆر گران بەها هەیە و پێویستیان بە دۆزینەوە و دەرخستنی هەیە.

(دیسانەوە تۆوەکانی تۆوەشێن)

٣

ئەنتۆنی رابینز لە بارەی کێشەکانەوە دەڵێت

لە ژیانی هەر ژن یان پیاوێك دا کاتێك دێتە پێشەوە
کە پێویستیان بە هەوڵدانێکی زۆر زۆر هەیە.سەردەمێك کە لە
هەموو دەرگایەکمان دابێت هیچ دەرئەنجامێکمان دەست
نەکەوتبێت،ئەو کاتە ژیان بە ستەمکارانە بەرچاو دەکەوێت کە
هەرچی ئیمان، بەها، خۆشەویستی، ڕابردوو،
لێهاتووییمان هەبوو تەرخان کرد تەنانەت لە ئاستی توانایی
خۆشمان زیاتر ڕۆیشتین. هەندێك خەڵکی هەلومەرجێکی لەو
شێوەیە بە هەلێك دەزانن تاوەکو
تواناکانی خۆیان باشتر بسازێنن و خۆیان بەهێزتر بکەن.
هەندێکیش ڕێگە دەدەن ئەم ئەزموونە تاڵەی ژیانیان لەناویان
ببات. هەرگیز بیرت لەوە کردوەتەوە کە بۆچی کەسانی جیاواز
لەبەرامبەر دژوارییەکانی ژیان کاردانەوەی جۆراوجۆر پیشان
دەدەن و هەریەکەیان کاردانەوەیەکی هەیە؟

(ئەنتۆنی رابینز)

(گەورەکان لەدایك نابن دروست دەبن)

بۆ ئەو کەسانەی کە حەزیان لە توێژینەوەیە لەزەمینەی لێهاتوییەکانی ژیان، نهێنیەکانی سەرکەوتن و بەدەستهێنان و پەرەسەندنی هێزی تاك، ناوی (ئەنتۆنی رابینز) دەرخەری دروستکردنی گۆڕانی پایەداری، وزەی دەروونی و پەرەسەندنی متمانە بەخۆبوون و گەشەکردنی تواناییەکانی ئینسانە. و ئەمڕۆ وەکو گەورەترین لێکۆڵەرەوە لە زەمینەی دروستکردنی هێز و گۆڕانی تاك لە دنیادا ناسراوە.

لە کتێبی چیرۆکی ئەنتۆنی رابینز لە نوسینی (ماکل بولداك) یەکێك لە خوێندکارەکانی رابینز دا هاتووە: (کە لە ئێستادا رابینز بەهێزترین و کاریگەرترین و وتاربێژترین کەسە لە جیهاندا. دەنگی هێزی رابینز لە رێگەی تۆڕە سەرتاسەریەکانی تەلەفزیۆن، کتێبەکان، سیمینارەکان و شریتە دەنگی و تەصویرییەکانەوە دەگەنە گوێی ملیۆنەها مرۆڤ لەسەرتاسەری جیهاندا.

رابینز لە ساڵێکدا زیاتر لە ١٥٠ رۆژ تەرخانی سیمنار و کۆبوونەوە و وتاردان دەکات، رابینز بۆ بازرگانەکان، تیپە وەرزشیەکان، رێبەرەکان، مۆزیك ژەنەکان و هەرکەسێك کە لە توانای بێت تێچوونی سیمینارێکی بدات کە بریتیە لە ١ دۆلار، سیمینار دەکات و وتارەکانی پێشکەش دەکات.)

بۆیە خراپ نیە ئەگەر سەیر بکەین و بزانین کە یەکێك لە کاریگەرترین کەسی وەکو ئەم نوسەرە لەم زەمینەی گەشەکردن و پێگەیاندنی تاکە کەسییە، چ بۆچوونێکی لە بارەی پرسەکان و کێشەکان و قەیرانەکانەوە هەیە، بابزانین ئەو چۆن و بە سود وەرگرتن لە چ رێگایەك دەتوانێت کێشەکانی خۆی چارەسەر بکات، و چۆن ئەو کێشانە دەتوانێت بکاتە قادرمەیەك بۆ سەرکەوتن و گەشەکردنی.

ئایا ئەمڕۆ ئەو ڕۆژە نیە کە ئیدی تۆ بڕیار بدەیت و ئەوە نیشان بدەیت کە وەکو مرۆڤێك،بەڕاستی زۆر زیاتریت لەوەی کە تاوەکو ئێستا بەرچاو کەوتوویت.

(ئەنتۆنی رابینز)

(لە ژیانی خۆت شاکارێك دروست بکە)

هەرگیز ئەو ڕۆژەم لەبیر ناچێتەوە کاتێك کە خەونەکانم بووبوونە واقع و ڕاستی، ڕۆژێك بوو کە زۆر کاریگەر بووم. ئەو ڕۆژە لە هەلیکۆپتەرە جێتەکەی خۆم دانیشتبووم و لە کۆبوونەوەیەك دا دەگەڕامەوە کە لە لۆس ئەنجلس هەمبوو تاوەکو بڕۆم بۆ (ئۆرنج کاونتی) بۆ بەشداری کردنی سیمینارێکی دیکە.

کاتێك کە لە سەر شاری (گلندیل) تێ دەپەڕیم، لە پڕێکدا چاوم بە بینایەکی بەرز کەوت، و هەلیکۆپتەرەکەم ڕاگرت و هەندێك بەسەر ئەو بینایەدا سوڕمامەوە.

کاتێك لە سەرەوە سەیرم کرد بیرم هاتەوە کە ئەمە هەمان ئەو بینایە بوو کە ١٢ ساڵ پێش ئێستا، وەکو خزمەتکارێك لەو بینایەدا ئیشم دەکرد.

ئەو ڕۆژانە بێتاقەتی و خەمی من ئەوە بوو دەموت تۆ بڵێی بتوانم ڤۆڵکس واگنێکی مۆدیل ١٩٦٠ م دەستکەوێت و ئەوەندە باش بێت کە بتوانم سەفەرێکی نیو کاتژمێری پێ بکەم؟ ژیانم بەشێوەیك بوو تەنیا بیرم لەوە دەکردەوە چۆن بتوانم بە زیندوویەتی بمێنمەوە. تەنیا و سەرگەردان بووم. ئەو ڕۆژە کە بەردەوام بە دەوری بیناکەدا دەسوڕامەوە بە خۆم وت: (دە ساڵ دەتوانێت چ گۆڕانێکی گەورە لەناو مرۆڤدا دروست بکات!)

ئەو سەردەم چەندین خەون و ئارەزوم هەبوو، بەلاّم ئەو کات هەرگیز نەمــدەتوانی بـیر لەوە بکەمەوە کە دەتوانم بگەم بەو حەزانەم. **ئــەمڕۆ گەیشــتوومەتە ئــەو بــاوەڕەی کــە هەمان ئەو شکستانە و هەمان ئەو ناکامیانە، پایەی پەیبردنی ژیان بوون و بوونە هۆی ئەوەی کە من بگەیەننە ئاستێکی تازەی ئەو بژێویەی کە پێکهــاتووە لــە هــەمان ئــەم ژیانەی ئەمڕۆ.**

دەرەئەنجام گەیشتمە (ئەبروین) کاتێك ســەیری خــوارەوەم کــرد هەنــدێك نارەحــەت بووم. چونکە بینیم لەو جادەیەی کە بڕیارە سیمینارەکەی تێدا ئەنجام بــدەم ترافیکێکــی زۆر دروستبووە و ڕێگەکە گیراوە و بەدرێژایی دوو کیلۆمەتر ســەیارە لــە پشــت ســەیارە وەستاوە. بیرم لەو کردەوە: بەڵکو زوو ئەم ترافیکە تەواو ببێت بــۆ ئــەوەی ئەوانــەی کــە دەیانەوێت بەشداری بکەن لەو سیمینارەدا زوو بگەن.

کاتێك لە هەلیکۆپەتەرکە دابەزیم دیــمەنێکی تــازەم بینــی. پۆلیســی ئاســایش بــە هەزاران کەسی بردبوویە دواوە بۆ ئەوەی هەلیوکۆپتەرەکەی من بتوانێت بنیشێتەوە. ئەو ترافیــك و قەرەباڵغییــە کەســانێك دروســتیان کردبــوو کــە ویســتبوویان بەشــداری لــە سیمینارەکەی مندا بکەن! هەرچەندە پــێم وابــوو لەوانەیــە دوو هــەزار کــەس بەشــداری بکەن، بەلاّم حەوت هەزار کەس هاتبوون بۆ بەشداری کردن، لەکاتێکــدا ئــەو هۆڵــە کــە بڕیاربوو سیمینارەکەی تێدا بکەین تەنها پێنج هەزار کەسی دەگــرت. کاتێــك کــە لــە هەلیکۆپتەرەکــە دابەزیم، بە سەدان کەس کۆبوونەوە لەدەورم دا ویستیان لەباوەشم بگرن یان هەندێکیان دەیانویســت قســەم

> **یەکەمین هەنگاو بۆ گەیشتن بە شوێنێك، ئەوەیە کــە بــەهیچ شــێوەیەك نابێــت لــەو شــوێنەدا بێنیتەوە کە هەیت.**
>
> **(پونت مورگان)**

لەگەڵدا بکەن و باسی ئەوەم بۆ بکەن کە کارەکان و وتارەکانم چەند کاریگەریان هەبووە لە ژیانیاندا.

ئەو هەستەی کە لەو هۆڵەدا خرایەڕوو بۆ من زۆر بەهێزانە منی خستە ژێر کاریگەریەوە، بەشێوەیەك کە تاوەکو ماوەیەك نەمتوانی وتارەکەم پێشکەش بکەم. کاتێك سەیری ئەو خەڵکەم دەکرد کە بە هەزاران دەمووچاوی شاد و خۆشحاڵم دەبینی، لە یەك چرکەدا هەستم کرد کە خەونەکانی ژیانم هەموو بوونەتە حەقیقەت.

بیرم لەو کاتە کردەوە کە لە شوقەیەکی ٤٠ مەتری تاکە کەسی دا لە کالیفۆرنیا دانیشتبووم و بە تەنیایی دەگریام.

لەبیرمە هەستم دەکرد کە ژیانم زۆر بێ نرخە و هیچ شتێکی گرنگی تێدا نیە و وابیرم دەکردەوە کە ئەوە ڕووداوەکانی ژیانن کە من هەڵدەسوڕێنن و هەروەها ئەو ساتەشم لەبیرە کە ژیانی منی گۆڕی، ئەو ساتەی کە دەرەئەنجام بەخۆمم وت: (من بەهێز بووم! من دەزانم لە ڕووی بیرکردنەوە و فکرییەوە، هەست و جەستەیەکی زۆر زیاترم لەوە هەیە کە تاوەکو ئێستا لە ژیانی خۆمدا خستومەتەڕوو.)

لەو ساتە بەدواوە بڕیارێکمدا کە بۆ هەمیشە ژیانی گۆڕی. بڕیارێکمدا بەشێوەیەك کە بتوانم بەڕاستی هەموو لایەنەکانی ژیانم بگۆڕم.

بڕیارمدا هەرگیز قەناعەت نەکەم بەکەم و هەرچی توانام هەیە ئەنجامی بدەم بۆ ئەوەی زیاتر و زیاتر بەدەست بهێنم. چ کەسێك ئەو هەستەی هەیە کە ئەم بڕیارەی من دەتوانێت من بگەیەنێتە ئاستێك و کاتێك کە ئەم ساتە باوەڕپێنەکراوە ئەزموون بکەم؟

کاتێك کە هەلیکۆپتەرەکە ساحەکەی بەجێهێشت دڵم تەنگ بوو. ئایا هەموو ئەمانە حەقیقەتیان هەیە؟ ئایا من ئەو کەسە بووم کە هەشت ساڵ پێش ئێستا کە گیرۆدە و بی ئێش و بێتاقەت کە هیچ ئومێدێکم نەبوو لە ژیاندا و زۆر بە سەختی و دژواری هەوڵم دەدا بۆ ئەوەی بتوانم تەنانەت ژیانم بگوزەرێنم؟

چۆن كوڕێكی گەنجی وەكو من كە خوێندنێكی جگە لە شەشی ئامادەیی هیچ شتێكی دیكەی تەواو نەكردووە توانی ئەو گۆڕانە گەورەیە دروست بكات؟

وەڵامەكە زۆر سادەیە: من توانیم بنەمایەك بخەمەگەڕ كە ئەمڕۆ ئەو بنەمایە بە (هێزی تەركیز) ناودەبەم.

زۆربەی خەڵكی نازانێت كە ئەگەر هەموو هێزی خۆی بۆ لایەنێكی گرنگی ژیان بخاتە گەڕ، چ هێزێكی گەورە و كاریگەرە و چەندە دەتوانیت گۆڕانی گرنگ لەو لایەنە دروست بكات..

تەركیزی كۆنترۆڵ كراو وەكو لێزەرێكی بەهێز وایە كە دەتوانێت بە هەموو رێگرێك كە شایەنی كۆنترۆڵ كردن و تێپەڕین نیە بەناویدا بڕوات و بی بڕێت.

كاتێك كە خۆم بەشێویەكی بەردەوام بۆ باشبوونی بابەتێكی تەركیز كراو دەسازێنم، ئاستێكی بێ وێنە بۆ باشتربوونی ئەو بابەتە بەدی دەهێن هۆكاری ئەوەی كە زۆرێك لە ئێمە ناتوانێت بە خواستە ڕاستەقینەكانی خۆی بگات، ئەوەیە كە خاڵی تەركیزی خۆیان بە ڕاستی ئاراستە ناكەن و هەرگیز ناتوانن هێزی خۆیان كۆ بكەنەوە و چڕی بكەنەوە.

> **هەرچی زیار بۆ گەیشتن بە ئامانجەكانت سووربیت و پێداگیری بكەیت،زووتر دەتوانیت پێی بگەیت وئامانجەكەت بپێكیت.**
>
> **(ئەنتۆنی رابینز)**

زۆرێك لە خەڵكی لە ڕێگەی ژیانی خۆیاندا ڕۆدەچن و هەرگیز ناتوانن ڕێگەیان بكەوێتە شوێنێك كە هۆكارێكی تایبەتی بەكار بهێنن و ئاراستەی خۆیان بگۆڕن و لەسەر بنەمایەكی جێگیر خۆیان بسازێنن.

لە ڕاستیدا باوەڕم وایە کە زۆربەی خەڵکی لە ژیاندا لەبەر ئەوە شکست دەخۆن کە زۆرترین کاتی خۆیان تەرخان کردووە بۆ پرس و کێشە بێ نرخەکان و زۆربەی کاتیش لەناویدا نغرۆ بوون.

هەر ئێستا بڕیار بدە و هەوڵ بدە ڕێگە مەدە لەشوێنێکدا بیت کە پلەکەی زۆر نزم بێت و شایستەی ئەوە نەبیت کە لەو شوێنەدا بیت، ڕێگە مەدە بەردەوامی بدەیت بەو ڕێگەیەی کە ئێستا لەسەری دەڕۆیت.

ئێستا گرنگ ئەوە نیە کە پێگەی ئێستای تۆ تا چەند نالەبارە و نەگونجاوە. تۆ دەتوانیت بگەیتە ئاستێکی بالاتر. تەنها بڕیار بدە.

بڕیاردان هێزێکە کە کاروبارێکی نادیار بەرەو دیار و خەون و خەیاڵ بەرەو واقعیەت دەگۆڕێت، و هەموو ئەو شتانەی کە نادیار و ناڕوونن ئاشکرایان دەکات.

مێژوو ئەوەی پیشانداوە کە کەسایەتیە گەورەکان،پێش سەرکەوتن تووشی ڕێگری و سەختی گەورە بوونەتەوە بەلاّم سەرکەوتووبوون چونکە نەیانهێشتوە شکستەکانیان ساردیان بکەنەوە.

(بی.سی فۆربس)

(بەرهەمی هەوڵدان و پێداگیری)

کاتێك لە شوقەیەکی بچوك و تەنگدا دەژیام و قاپ و قاچاخەکانم لە حەمامدا دەشۆری، هەمیشە بیرم لە چیرۆکی مرۆڤە سەرکەوتووە بەهێزەکان ددکردەوە. بەخۆمم دەوت: (هیچ کێشەیەك بۆ هەمیشە نامێنێتەوە. هیچ کێشەیەك ناتوانێت بۆ هەمیشە من بخاتە ژێر کاریگەریەوە. ئەگەر دەست بە کارێکی گونجاو، ئیجابی و پڕ لە هەوڵ بکەیت، سەرەنجام دەتوانیت سەرکەویت بەسەر هەموو کێشەکاندا.)

هەمیشە بیرم لەخۆم دەکردەوە: (ڕاستە کە ژیانی ئێستای من ترسناکە، بەلاّم زۆر شتی دیکەم هەیە کە دەتوانم بەهۆی ئەوانەوە سوپاسگوزار بم. بۆ نمونە دوو کەسم خۆشدەوێت، یان دەتوانم سود لە پێنج هەستەکەم وەرگرم، یان دەتوانم هەوای تازە هەڵمژم.

هەمیشە ئەوەم بە بیر خۆم دەهێنایەوە کە دەبێت زۆر گرنگی بدەم بەو خواستانەی کە هەمە. دەبێت لەبری بیرکردنەوە لە کێشەکان، بیر لە ڕێگا چارەیان بکەمەوە. بیرم لەوە دەکردەوە کە هیچ کێشەیەك نیە کە بتوانێت بەدرێژایی تەمەنم لەگەڵمدا بێت، هەرچەندە ئێستا وابەرچاو دەکەوێت کە ئەو کێشانە بەردەوام بوونیان دەبێت.

ئینجا گەیشتمە ئەو دەرەنجامەی کە نابێت بەهۆی ئەو کێشە دارایی و یان شکستە ڕۆحیانەی ئێستا، وابیر بکەمەوە کە هەموو ژیان ویران بووە و لەناوچووە.

زیاتر بیرم لەوە کردەوە کە من بە شەخسی هیچ عەیبێکم نیە، بەڵکو تەنها لە قۆناغێکی خراپدا ژیان بەسەر دەبەم. بە دەربڕینێکی دیکە زانیم ئەگەر خەریکی ئەو تۆوانە بم کە چاندوومن، واتە ئەو کردارە ڕاستانەم، سەرەئەنجام زستانی ژیانم کۆتایی دێت و دەتوانم بگەمە بەهاری تازە و نوێ. ئەو کاتە من بەرهەمی چەندین ساڵ و هەوڵدانم دەخۆم و پێی دەگەم.

دواجار گەیشتمە ئەو دەرەئەنجامەی کە **(ئەگەر چەندین جار و دووبارە کارێك دووبارە بکەمەوە، ئەوا چاوەڕوانی کردنی دەرەئەنجامی باشتر، چاوەڕوانێکی بێ عەقڵانەیە. دەبێت دەست بۆ کارێکی تازەتر بەرم و بەردەوام درێژە بە چالاکیەکانم بدەم تاوەکو دەگەمە دەرەئەنجامی خوازراوی خۆم.)**

بۆ تۆ پەیامێکی سادەم هەیە کە ئەگەر بتوانیت بگەڕێتەوە بۆ دڵی خۆت، ئەوا دەتوانیت بگەیتە ئەو حەقیقەتەی کە: هەوڵدانی بەردەوامی زۆرباش لەگەڵ پێداگیری و بەردەوامی و نەرمی و لە سەرخۆ کەوتنە دووی ئامانجەکانت دەرەئەنجام تۆ دەگەیەنێتە خواستەکانت، بەڵام دەبێت ئەو بیرکردنەوەیە لە مێشکتدا دەربهێنیت ئەویش ئەوەیە کە هیچ ڕێگاچارەیەکی دیکە بوونی نیە جگە لەوەی کە بەردەوام بەشوێن ئەو ئامانجەتەوە بیت.

من کێشە و گرفتەکانی ژیان بە وەرزەکانی ساڵ دەچوێنم. هیچ وەرزێك هەمیشەیی نیە. لە ژیانیشدا خەونەکان بۆ چاندن، بەرهەم، پشوو، و دووبارە ژیان بوونی هەیە. زستان بۆ هەمیشەیی درێژە ناکێشێت. ئەگەر ئەمڕۆ کێشەیەکت هەیە ئەوە بزانە کە بەهار لە ڕێگەدایە و ڕۆژێك دێت دەگەیت بە بەهاری خواستەکانت.

(ئەنتۆنی رابینز)

ژیان لە ئاراستەیەکی ساف و هەمواردا وەکو شۆفێری کردنە لە جادەیەکی پان و فراوان و ڕاستی خێرا، کە ماندووکەرانە و بێزارکەرانەیە و هیچ شۆفێرێك لەو ڕێگا هەموار و بێ مەترسیانە ناتوانێت لێهاتوویی پێویست بەدەست بهێنێت و ناتوانێت ئەزموونی گرنگ بەدەست بهێنێت.

(باوەڕەکانت لەبارەی کێشەکانەوە بگۆڕە)

زۆربەی خەڵکی بەشێوەیەك سەیری کێشەکانی ژیانیان دەکەن کە پڕوکێنەرانەن و وادەزانن هەموو ڕۆژێك ئەو کێشە و گرفتانە جەستە و ڕۆحیان ئازار دەدات.

بەڵام من لەکاتی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ هەر کێشەیەکدا بەشیوەی پێشبڕکێ سەیری دەکەم، و من عاشقی پێشبڕکێم.

لە ڕاستیدا دەست و پەنجە نەرم کردن لەگەڵ کێشەکاندا خۆشی زۆری هەیە. ڕێك وەکو یاری کردنە. بەڵام دەبێت ئاگاداربیت بزانیت چۆن ئەو یارییە دەکەیت بۆ ئەوەی نەکرێیتە دەرەوەی یاریەکە. باشتر ئەوەیە تۆش واتای کێشەکان لەناو مێشکی خۆتدا بگۆڕیت و ئەوە بزانیت کە

کێشەکان ئەو کلاوڕۆژنانەن کە دەبنە هۆی گەشە کردن و بەرزبوونەوەی مرۆڤەکان. ئەو هەلانەن کە یارمەتیت دەدەن بۆ ئەوەی زیاتر توانایی و لێهاتووییەکانی خۆت بناسیت.

لە ژیانمدا گەورەترین کێشە و گرفتەکان باشترین توانایی گەشەکردن و شکۆفەکردنیان بۆ ڕەخساندووم. کێشەکان هاوکاریان کردووم تاوەکو ئاستی لێهاتووییەکان و تواناکانی خۆم بەرز بکەمەوە و ئەوەی کە لە خەون و خەیاڵدا دەمبینی بتوانم بیکەمە ڕاستی و پێی بگەم.

ئامانج ىە ژیاندا گەشە کردن و بەرزبوونەوەیە. ئامانجێك کە بـەبێ بـوونی کێشـەکان رێگەیەك نین بۆ بەدەستهێنانی. کێشەکان یارمەتیت دەدەن بـۆ ئـەوەی بتوانیـت پـێش بکەویت و گەشە بکەیت و لە ڕاستیدا وشەی (کێشە) دەبێت لە ناو مێشکی تۆدا مانای (پێشکەوتنی) هەبێت، بەشێوەیەك کە هەر کاتێك ڕووبەڕووی هەر کێشەیەك بوویتـەوە، ڕاستەوخۆ لەبری نائومێدی و ترس، بتوانیت توانایی و بوونی خۆت پـەرە پـێ بـدەیت و گەشەی پی بدەیت.

دەتوانیت لەکاتی چارەسەرکردنی کێشـەکانتدا خۆشـی بـۆ خـۆت بسـازێنیت. ئەمـە شێوەیەکی گونجاوە بۆ سەیرکردنی کێشەکان. گرنگ نیە تۆ کێیت و چیت بەسەر هاتووە. ئامانج لە ژیاندا گەشەکردنە، ئامانج لە ژیاندا ئەوەیە کە بتوانیت ئەوەی کـە هاتووەتـە پێشەوە بۆت بتوانیت وای لێ بکەیت ببێتە هۆکارێك بـۆ پێشـکەوتن و گەشـە کـردن و پێگەیاندنت.

هیچ دیوارێك ناتوانیت لەبەرامبەر ئیرادەی پۆڵاینی مرۆڤـدا بـەرگری بکـات. بـەڵام ئیرادە بۆ سەرکەوتن، تەنها کاتێك بەدەست دەهێنرێت کە بتوانیت ڕێگەکەت بگۆڕیت بۆ زاڵبون بەسەر کێشەکەتدا کاتێك ئەو گۆڕانە دروست دەبێت کە سور بیت لەسـەر ئـەوەی کە هیچ کێشە و گرفتێك ناتوانێت ببێتە ڕێگر لەبەردەم گەیشتن بە ئامانجەکانت. ئەگـەر بڕیار بدەیت ژیانت نـەك هەلومەرجـەکانی دەوروبـەرت بڕیارەکانـت دروسـت دەکـەن و شێوەیان پێ دەبەخشن، ئەو ئەو ساتەیە کە ژیانت بۆ هەمیشەیی دەگۆڕێت و دەتوانیـت سەرکەویت بەسەر ئەو هێزەتدا کە ژیانی تۆ دروست دەکات و زاڵ دەبێت بەسەریدا.

(ئەنتۆنی رابینز لەبارەی کێشەکانیەوە دەڵێت)

— گەورەترین شانازییەکانی من لەم چەند ساڵانەی دواییدا بەهۆی ئەو دەرەئەنجامانەوە بوو کە لەگەڵ ئەزموونە تاڵەکاندا بەدەستم هێنان.

من کۆمپانیاکەی خۆم لە هەرەس هێنان ڕزگار کرد. ئەم کارە زۆر دژوار بوو. بەڵام باوەڕ ناکەیت پاش ئەو کارە توانیم چۆن بگەم بە متمانە بەخۆبوونێکی سەیر و گرنگ. ڕازی بوون لە خود و چێژ وەرگرتن لە تواناییەکان تەنها لەکاتێکدا دروست دەبێت کە بتوانیت دەست و پەنجە نەرم بکەیت لەگەڵ کێشەکاندا و بتوانیت ئەو گرفتانە لەسەر ڕێگەکەت لابەریت. بە چارەسەرکردنی هەر کێشەیەك، ئەو متمانەیەی کە هەتبوو بە تواناکانی مرۆڤ دەگۆڕێن و هەستی متمانە و باوەڕبەخۆبوون لەناوتدا پەرە دەسێنێت و بەهێز دەبێت.

— ئەو هۆکارەی کە زۆربەی خەڵك والێ دەکات کە دەست لە کێشەکانیان هەڵگرن، ئەو هەستەیە کە لەکاتی چارەسەرکردنی کێشەکانیان توشی دەبن. هەستی نائومێدی دەبێتە هۆی ئەوەی کە تاك لەناو خودی کێشەکەدا نوقم ببێت ونەتوانێت بیر لە هیچ ڕێگاچارەیەکی دیکە بکاتەوە، ئەگەر بکەویتە ناو ئەو داوەوە، ئەوا توانایی زاتیت بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان لەدەست دەدەیت.

— ئەگەر من کێشەیەکم هەبێت، یەکەمین کارێك کە ئەنجامی دەدەم ئەوەیە کە لەخۆم دەپرسم چۆن دەتوانم ئەم کێشەیە چارەسەر بکەم؟ خێراترین ڕەوش بۆ چارەسەرکردن کام ڕەوش و ڕێگایە؟ کاریگەرترین و گرنگترین ئەو ڕەوشەی کە دەتوانێت

کێشەکانی من چارەسەر بکات و لە هەمان کاتدا بتوانم چێژی لێ وەرگرم کام ڕەوش و ڕێگایە؟

چۆن دەتوانم چێژ لە چارەسەرکردنی ئەو کێشەیە وەرگرم؟

بە بەدەستهێنانی وەڵامی ئەم پرسیارانە من بە خێرایی کێشەکە قبوڵ دەکەم، بۆ ئەو مەسەلەیە ڕێگا چارەیەکی لۆژیکی بەدەست دەهێنم و لەکاتی چارەسەرکردنی کێشەکەم چێژی لێ وەردەگرم.

ئەوەت لە بیر بێت کە مێشکی تۆ لە توانایدا هەیە وەڵامی هەموو پرسیارێك بداتەوە و لەبەرامبەر هەموو کێشەیەکیشدا دەتوانێت سەرکەوتوو ببێت، بەمەرجێك لەبەرامبەر ئەو پرسیارانەدا خۆت بگونجێنێت.

– پێویست ناکات بیر لەوە بکەیتەوە کە بۆچی کێشەیەکی لەو شێوەیە ڕوویداوە. ئەم وشەیە هیچ یارمەتیت نادات. باشتر ئەوەیە کە باوەڕ بکەیت بەوەی کە ململانێیەکت لەبەردەستدایە و پێویستە بزانیت چۆن دەتوانیت سەرکەوتوو بیت و چۆن دەتوانیت بەسەر ئەو کێشەیەتدا زاڵ ببیت.

– فێری ئەوە ببە کە بتوانیت ٢٠٪ کاتەکانت تەرخان بکەیت بۆ ئەوەی بیر لە کێشەکانت بکەیتەوە و ٨٠٪ کاتەکانیشت تەرخان بکە بۆ ئەوەی ڕێگاچارەیان بۆ بدۆزیتەوە و بتوانیت سەرکەوتوو بیت بەسەریاندا.

– کێشەکان بەشێکن لە ژیان. بەشێك لەو ژیانەی کە هاوکاریمان دەکات گەشە بکەن و پێ بگەین. تەنها بە چارەسەرکردنی کێشەکانە دەتوانین گرنگی و ناوەرۆکی خۆمان بەدەست بهێنین و بتوانین چارەسەری کێشەکان بکەین. بەبێ کێشە، ژیانمان ماندووکەرانە دەبێت. لە ڕاستیدا ئەگەر کێشەمان نەبێت ناتوانین تێ بگەین لەوەی کە ئێمە کێین و تاوەکو چەند دەتوانین کێشەکانمان چارەسەر بکەین.

– زۆرێك لەو کەسانەی کە توانیویانە سەرکەوتوو بن بەسەر کێشەکانیاندا ئەو کەسانە بوون کە توانیویانە بەناو کێشە و بەربەستی گەورەدا تێپەڕن. جیاوازی نێوان ئەوانە و ئەو کەسانەی کە زوو ماندوو دەبن و بێ ئومێد دەبن ئەوەیە کە کەسانی یەکەم ئەوانەن کە کێشەکان بە ڕووداوێك و پێشهاتێك دەزانن کە تێدەپەڕن و نامێنن بەلاّم کۆمەڵەی دووەم ئەوانەن کە بەردەوام لەگەڵ کێشەکاندان و نائومێد و بێ هیوان، ئەو کەسانەن کە باوەڕیان وایە کە کێشەکان هەمیشەیین و توانای چارەسەرکردنیان کارێکی قورس و گرانە. ئەگەر ئەم بیروباوەڕەش لەلای تۆ دروست ببێت کە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان هیچ کارێکت لەدەست نایێت. ئەوە بزانە کە ژەهرێکی کوشندەت بەسەر زنجیرە دەمارەکانی خۆتدا ڕشتوە و هەرگیز ناتوانیت ببیتە کەسێکی خۆشبەخت و سەرکەوتوو و ناتوانیت کێشە و گرفتەکانت بگۆڕیت بۆ سەرکەوتن.

– کاتێك کە ڕووبەڕووی کێشەکانت دەبیتەوە بەردەوام گرنگی بەم قسە و هۆتافە کۆنەیە بدە کە دەڵێت: (ئەمەش تێ دەپەڕێت) و دڵنیابە کە هەر ڕێگەیەك پەیدا دەبێت بۆ چارەسەرکردنی کێشەکە و گەیشتن بە ڕێگا چارەیەکی گونجاو.

شکۆی سەرسوڕهێنەری ئەزموونی ئینسانی ئەگەر سنورێکی بۆ سەرکەوتن نەبوایە چێژی پاداشتەکەی لەناو دەچوو. ئەگەر دۆڵێکی تاریك بۆ تێپەڕین بوونی نەبوایە کاتی گەیشتن بە لوتکەی شاخ ئەوەندە بەچێژ نەدەبوو.

(هێلن کۆلەر)

(چەند سەرگوزەشتەیەك)

١- کاتێك کە ڕووداوەکە ڕوویدا، ئەو بەخێرایی ١٠٠ کیلۆمەتر لە کاتژمێرێکدا لە جادەی خێرا تێدەپەڕی. لۆرێکی گەورە کە لەبەردەمی دا تێ دەپەڕی، لە ناکاو ئستۆپی گرت و ئەویش بەبێ دواکەوتن خۆی خست و دەستی کرد بە خزان بەسەر جادەکەدا.

بە جوڵەیەکی نەرم و کارەساتبار بەرەو ژێر لۆریەکە ڕۆیشت. تەنکی بەنزینی ماتۆڕەکە لێ کرایەوە و ئەوەی کە نەدەبوو ڕووی بدایە ڕوویدا. بەنزین ڕژا و ئاگری گرت. کاتێك چاوی کردەوە سەیر دەکات لە نەخۆشخانەیە. هەستی بە ئازار و سوتان دەکرد و نە لەتوانایدا هەبوو بجولێت و نە جورئەتی ئەوەشی دەکرد هەناسە بدات. سێ لەسەر چواری جەستەی بەشێوەیەکی ترسناك توشی سوتانی پلە سێ بووبوو. لەگەڵ ئەوەدا دڵی بە مردن نەدەدا. هەوڵیدا بگەڕێتەوە بۆ ژیان و لە ئیش و کارەکانیدا سەرکەوتن بەدەست بهێنێت. ئەوەی ڕاستی بێت لە ڕووداوێکی دیکەی ئاسمانیدا دووەمین ڕووداوی تاڵی دیکەی ژیانی خۆی توش بوو. ئەم ڕووداوە بووە هۆی ئەوەی کە لە ناو قەدی و کەمەریەوە بۆ خوارەوە فەلەج ببێت.

ئەو یەکێکە لە شادترین، سەرکەوتووترین و بەهێزترین ئەو کەسانەی کە من دەیناسم. ناوی (دەبلیو میچێل)ە. لە کاتی ڕووداوی ماتۆڕەکە بەدواوە تاوەکو ئێستا

زۆر خۆشتر لــە خــەڵکی ژیــانی گوزەرانــدوە. میچــێل ئێســتاش یەکێکــە لــە بازرگانــە ملیۆنێرەکان و سەرەڕای سوتاوییەکانی دەمووچاوی، هەوڵیداوە ببێتە ئەندامی کۆنگرەی ئەمریکاش.

٢- کەسایەتی دووەم (کەنەدی لایتنەر)ی دامەزرێنەری (ئەنجومــەنی دایکــانی دژە مەستییە لەکاتی شۆفێری دا).

بۆ ئەم خاتوونە ڕووداوێکی دڵتەزێن ڕوویدا.

شۆفێرێکی سەرخۆش، کچەکەی کرد بە ژێرەوە، پاش ئــەوە ڕێکخراوێکــی دروســت کرد کە تاوەکو ئێستا گیانی سەدان و هەزاران کەسی لە ڕێگەی ئەو ڕێکخراوەوە ڕزگــار کردوە.

٣- یەکێکی دیکە لەو چیرۆکانەی کە من زۆر خۆشم دەوێت چیرۆکی (درابێرتز)ە. ئەو کەسێکی ئاسایی بوو کە لەسەر کورسییە کەم ئەندامیەکەی خۆی زینــدانی بــوو بــوو، و ئەو پاش ئەوەی کە بڕیاریدا سنورە ڕواڵەتیەکانی خۆی تێك بشکێنێت، بــووە مرۆڤێکــی (نائاسایی).

لــە تەمــەنی ١٤ ســاڵی لــە ملیــەوە بــۆ خــوارەوە فەلــەج بــوو و ناچــار بــوو بــۆ هەناسەدانیش سود لە دەزگای هەناسەدان وەرگرێت، بۆ ئەوەی بتوانێــت ژیــانی ئاســایی خۆی تێپەڕێنێت. ئەو هەموو شەوێك بە هەناســەدانی دەســتکرد دەژیــا، چــەندین جــار گەیشتوەتە ئاستی مردن، ئــەم پیــاوە دەیتــوانی هــەموو هێزێکــی تــەرخان بکــات بــۆ کێشەکان و ئازارەکانی خۆی، بەڵام بڕیاریدا کە لەبری ئەو کارە، گۆڕان لە ژیانی کەسانی دیکەدا دروست بکات.

ئەو چ کارێکی ئەنجامدا؟ لــە ١٥ ســاڵی ڕابــردوو، بڕیارەکــانی بــۆ چارەســەرکردنی کێشەکانی ئەو کەسانە بوو کە کەم ئەندام و بێ توانا بوون. کە ئەمەش بووە هۆی ئەوەی کە توانی سەرکەوتنی زۆر گەورە بەدەست بهێنێت لە باشترکردنی ژیانی زۆرێك لەو کــەم

ئەندامانە. ئەو سەرنجی گشتی بۆ خۆی ڕاکێشا و بووە هۆی ئەوەی کە لە تەنیشت قادرمەی بیناکاندا، بەرزبوونەوە و دابەزینێکی سەرەو لێژ دروست بکرێت بۆ کەم ئەندامەکان و هەروەها لە وێستگە و شوێنەکانی وەستانشیدا حساب بۆ کەم ئەندامان بکرێت.

ئەوە یەکەمین فەلەج و کەم ئەندام بوو کە سەرەڕای نەبوونی هەر دوو دەست و قاچی و جەستەی توانی لە زنکۆکانی کالیفۆرنیا و بێرکلی بەکالریۆس بەدەست بهێنێت و دواجاریش توانی پۆستی سەرۆکایەتی بەشی تواناسازی زانکۆی کالیفۆرنیا بەدەست بهێنێت.

ئێستا لە تۆ دەپرسم کە بۆچی هەندێك کەس دەتوانن بە ئاسانی سەرکەوتن بەدەست بهێنن بەسەر نەگبەتی و کێشە و گرفتە ترسناکەکانیاندا و لەڕێگەی ئەو سەرکەوتنانەوە دەتوانن خۆشبەختیش بەدەست بهێنن، لەکاتێك هەندێکی دیکە سەرەڕای بوونی هەموو جۆرە توانایەك، ژیانیان گۆڕاوە بۆ کارەساتێکی ڕاستەقینە؟ بۆچی هەندێك کەس سود لە ڕووداوەکان و ئەزموونەکانی خۆیان وەردەگرن و هەندێکی دیکە هەمان ئەزموون و تاقیکردنەوە لە دژی خۆیان بەکار دەهێنن.

کاتێك هەموو هەوڵەکانمان ڕووبەڕووی شکست دەبێتەوە چی دەکەین؟ **کێشەی کەسانی سەرکەوتوو کەمتر نیە لە کەسانی شکست خواردوو.** تەنها کۆمەڵێك کەس هەیە کە هیچ جۆرە کێشەیەکیان نیە: **ئەوانەی کە لە گۆڕستانەکاندا خەوتوون. جیاوازی سەرکەوتن و شکست لەناو ئەو ڕووداوەدا نیە کە ڕوودەدات، بەڵکو لێکدانەوەی ئێمەیە بۆ ئەو ڕووداوە و کاردانەوەی کە ئێمە هەمانە لەبەرامبەر ئەو ڕووداوەی کە ئەو جیاوازیە دروست دەکات.**

گەورەترین تاقیکردنەوەی ئازایەتی لەسەر زەوی، تەحەمول کردنی شکستە بەبێ لەدەستدانی رۆحیەت و ورە و هێز و توانایی بنەڕەتی دەروونیت

(رۆبێرت نینگەرسول)

(کلیلە ئاڵتونییەکانی چارەسەری کێشەکان)

١- زاڵ بە بەسەر هەستەکانی خۆتدا. دەبێت دڵنیا ببیت کە لەناو نائومێدی و تێپەڕینی دووبارەدا نوقم نەبیت. هێزی خۆت بپارێزە و دڵنیا و ئارام بە، هێزی تۆ فراوانتر و بەهێزترە لە هەر کێشەیەك کە لە جیهاندا هەیە.

گرنگ نیە کە لە چ پێگەیەکدایت یان کێشەکە تاوەکو چ رادەیەك دژوار و قورسە. ئەوەت لەبیر بێت کە ئەمە تەنها پێشبڕکێیەکە و بڕیارە ئەو کارانەی کە پێشتر فێریان بوویت دووبارە ئەنجامیان بدەیتەوە تاوەکو سەرکەوتوو ببیت. ئیمانت بەوە هەبێت کە لەتواناتدا هەیە کە بەشێوەیەك لە شێوەکان دەتوانیت سەرکەوتوو بیت بەسەر کێشەکانتدا. بەلاّم ئەم رێگا چارە نابێت بەهیچ شێوەیەك ڕووبەڕووی نائومێدی ببێت لەمێشکتدا.

٢- هەموو هێزی بیرکردنەوەی خۆت بۆ بەدەستهێنانی رێگا چارەیەکی گونجاو پێك بهێنە. بۆ تەرکیز کردن باشترین رێگا نوسینە، ئەوەت لەبیر بێت تەنها ٢٠٪ کاتی خۆت بۆ لێکدانەوە و ناساندنی کێشەکان دابنێ و لە ٨٠٪ کاتت بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان تەرخان بکە.

٣-باشترین رێگا و کاریگەرترین بەرنامە بۆ نەهێشتنی کێشەکانت هەڵبژێرە و لە زووترین کاتتدا بیانخەرە بواری جێ بەجێ کردنەوە.

٤- گرنگی به بەرنامەڕێژیەکانی خۆت بدە. بزانە ئەوەی کە ئەنجامت داوە چیت بەدەست هێناوە؟ ئایا بە چارەسەرکردنی کێشەکان نزیك بوویتەوە و یان خۆت زیاتر خستوەتە ناو کێشە و دەردەسەریەوە؟ زۆر بە وردی گرنگی بدە بە کاریگەری کێشەکانت.

٥- ئەگەر ئەوەی کە ئەنجامی دەدەیت کاریگەر نیە بە زووترین کات ڕێگاچارەی خۆت بگۆڕە. خۆ لادان و کارکردن لەسەر ڕەوشە جۆراوجۆرەکان ئەو توانایيەت پێ دەبەخشێت کە بتوانیت سەرکەویت بەسەر هەموو جۆرە کێشەیەکدا.

٦- ئەوەت لەبیر بێت کە بەردەوام لە دەوروبەرتدا شێوەی سەرکەوتنی زۆر بوونی هەیە. گرنگ نیە کە کێشەکانت تاوەکو چەند قورس و دژوارن، گرنگ ئەوەیە کەسانێکی دیکە هەبووە پێش ئەوە ئەو کێشانەیان تێ پەڕاندوە.

بڕۆرە لای ئەو کەسانە و بزانە چۆن سەرکەوتنیان بەدەستهێناوە. دڵنیا بە ئاسانی دەتوانیت کێشەکانت چارەسەر بکەیت و سەرکەویت بەسەر هەموو کێشەکانتدا.

کەسێك ئەگەر بیەوێت ئامانجێکی بچوك بەدەست بهێنێت دەبێت کەمێك دەست مایە دابنێت. بەلام ئەو کەسەی کە بەشوێن ئامانجی گەورە و گرانبەهاوە بێت دەبێت هەرچی لە توانایدا هەبێت و هەرچی هەیە هەمووی دابنێت و بیکاتە قوربانی بۆ بەدەست هێنانی ئەو ئامانجە.

(جێمز ئالن)

(چیرۆکی مریشکی کەنتاکی)

ئایا تاوەکو ئێستا ناوی (عەقید ساندریس)ت بیستووە؟ دەزانیت ئەو چۆن ئیمپراتۆریەتێکی گەورەی دروست کرد و توانی ببێتە ملیۆنێر و توانی عادەت و نەریتی خواردنی نەتەوەیەك بگۆڕیت؟

کاتێك کە دەستی کرد بە کارکردن لەو بوارە، پیاوێکی خانەنشین بوو جۆرێك لە سورکردنەوەی مریشکی دەزانی، هەر ئەوەندە و بەس. نە دامەزراوە و کۆمپانیای هەبوو نە هیچ شتێکی دیکە. ئەو خاوەنی ریستۆرانێکی بچوك بوو، لەبەر ئەوەی کە ڕێگای سەرەکی لە سەر ڕستۆرانەکەی گوازرابوویەوە خەریك بوو ئیش و کارەکەی هەرەس بهێنێت. یەکەمین چەکی دابینکاری کۆمەلایەتی وەرگرت بیری ئەوەی کردەوە کە لەوانەیە بتوانیت لە ڕێگەی فرۆشتنی شێوەی سورکردنەوی مریشك، بتوانێت پارە پەیدا بکات.

زۆرێك لە خەلك هەیە کە بیرکردنەوەی زۆر جوان و سەرنجڕاکێشیان هەیە، بەلام عەقید ساندریس لەگەل خەلکی دیکەدا جیاواز بوو. ئەو تەنیا دەربارەی ئەنجامدانی کارەکەی بیری نەدەکردەوە، بەلکو دەست بەکار دەبوو. ئەو کەوتە ڕێگە و لە هەموو دەرگایەکی دا، دەگەیشتە هەر ریستۆرانێك باسی چیرۆکەکەی بۆ دەکرد: (من شێویەك زۆر جوان دەزانم بۆ سورکردنەوەی مریشك و وابزانم ئەگەر سود لەو شێوەیە وەرگریت،

لەوانەیە ئاستی فرۆشتنت زیاد بکەیت و ئەگەر ئەو شێوەیەت پێ بڵێم دەمەوێت برێك لە ڕێژەی ئەو قازانجەم پێ ببەخشیت.)

هەڵبەتە زۆرێك خەڵك پێ کەنین پێی و وتیان: (سەیرکە پیرە پیاو، ڕێگەکەت بگرە و برۆ. ئەم جلە سپیە گاڵتەجاڕیانەت بۆچی لەبەر کردووە؟) ئایا عەقید ساندریس بێزار بوو؟ نەخێر بەهیچ شێوەیەك. هەرکاتێك کە خاوەن ڕیستۆرانەکان وەڵامی نەخێریان دەدایەوە، لەبری ئەوەی بێزار و بێتاقەت بێت ئەم جارە بیری لەوە دەکردەوە کە چۆن بڕوات بۆ ڕیستۆرانێکی دیکە و چۆن چیرۆکەکەی بە شێوەیەکی دیکە بگێڕێتەوە بەشێوەیەك کە کاریگەری هەبێت.

بە بۆچوونی تۆ پێش ئەوەی عەقید ساندریس، وەڵامی بەڵێ وەرگرێت چەندجار وەڵامی نەخێری وەرگرت؟ عەقید زیاتر لە ۱۰۰۹ جار وەڵامی بە نەخێر درایەوە تاوەکو دواجار کەسێك ڕەزامەندی پیشاندا، و دوو ساڵ درێژەی کێشا تاوەکو بە سەیارە شەق و شڕەکەی خۆی شارەکانی ئەمریکا دەگەڕا، بە هەمان ئەو جلە سپیەی چێشتخانەوە شەوانە لەسەر کورسی دواوەوەی سەیارەکەی دەخەوت و هەموو ڕۆژێك بەیانی بەو هیوایە هەڵدەستا کە بیرۆکەکەی خۆی لەگەڵ کەسێکی تازەدا باس بکات.

بە بۆچوونی تۆ چەند کەس دەتوانێت بۆ ماوەی دوو ساڵ و ۱۰۰۹ جار وەڵامی نەخێر ببیستێت و دیسانەوە هەر هەوڵ بدات؟ زۆر کەم، چونکە هۆکارەکەی ئەوەیە کە لەم جیهانەدا تەنها یەك عەقید ساندریس بوونی هەیە. زۆربەی خەڵکی هەر تاقەتی ئەوەیان هەیە بیست جار وەڵامی نەخێریان بدرێتەوە چ بگات بەو کەسانەی کە ۱۰۰ یان ۱۰۰۰ جار! بە نەخێر وەڵامیان بدرێتەوە. لەکاتێکدا کە تەنها هۆکاری سەرکەوتنیش ئەو بەردەوامی بوونەیە.

ئەگەر سەیری سەرکەوتووترین کەسانی مێژوو بکەیت شتێکی هاوبەش لەناو هەموویاندا بەدەست دەهێنیت ئەویش ئەوەیە کە: ئەوانە هەرگیز لە وەڵامی ڕەفزکردنەوە نەترساون. وەڵامی نەرێ قبوڵ ناکەن و ڕێگە نادەن هیچ هۆکارێك ئەوان لە جێبەجێ کردنی ئامانجەکان و ئارەزووەکانیان ڕابگرێت.

سەرکەوتووی گەورە لەوەدایە کە مرۆڤێکی چارە ڕەش و نەخۆش و کەم ئەندام و داماو کە دنیا لە خۆشی و شادی بێ بەشی کردوە، شادمانی و خۆشی دروست دەکات و سەرەڕای ئەوەش دەیبەخشێت بە هەموو جیهان.

(ڕۆمەن ڕۆلان)

(گۆرانی چارەنوس)

ژیانم ئاخەنراوە لەو ڕووداوانەی کە بەهۆی ڕەنگی پێستمەوە، زۆر بێ ڕەفتاریم لەگەڵدا کراوە. دەمەوێت باسی یەکێك لەو ڕووداوانەتان بۆ بکەم کە لە سالآنی پێشوو بەسەرمدا هات.

شەوێکی ساردی پایز بوو، لە جادەیەکدا کاتژمێر ١١,٣٠ کە یەکێك بوو لە شەوەکانی هەینی لەسەر ماتۆڕیك بووم و لە لۆس ئەنجلیسەوە بەرەو سین خوزە دەڕۆیشتم. بەداخەوە لەو شەوە تایبەتەدا، زنجیری تایەکەم بەباشی توند نەکردبوویەوە. لەنزیك بەنزین خانەیەك زنجیرەکەم پچڕا و لە کەنار جادەکە وەستام تاوەکو پارچەی زنجیرەکەم کۆ بکەمەوە.

نیو کاتژمێر تێ نەپەڕی بوو کە شۆڤلێتێکی داشقە بە سێ کەسی مەست و سەرخۆش پەیدا بوون.

بە خێرایی هەموویان بەبێ قسە کردن ڕژان بەسەرمدا. یەکێکیان وتی: (ئێستا کاتی ئەوەیە بمریت، ڕەشە!)بە شەق و لەقە بەربوونە گیانم.

بەهەرحاڵ سواری سەیارەکەیان بوون و ڕۆیشتن. سەیری جلوبەرگەکەم کرد و خوێنەکەی خۆم لەسەر جلەکانم بینیەوە. دەروونم دەسوتا و دەمم تاڵ بوو و تامی خوێنم هەست پێ دەکرد لە دەممدا و خەریك بوو بێ ئاگا دەبووم. وابیرم دەکردەوە کە ئەگەر بە زووترین کات خۆم چارەسەر نەکەم دەمرم.

لەو شەوە سارد و تاریکەدا خۆم لەناو کۆمەڵێکی زۆر تایەی کۆن پان کردەوە، کە هەر چرکەیەك بۆ من بە کاتژمێرێك تێ دەپەڕی.

دەرەنجام کاتژمێر ٦,٣٠ بەیانی سەرپەرشتیاری بەنزینخانەکە هات بۆ ئەو شوێنە و منی بینی و پاشان بردمی بۆ نەخۆشخانە و دواتریش بردمیان بۆ پۆلیس بۆ لێپرسینەوە.

کارمەندەکانی پۆلیس زۆر سارد و بێ هەست بەرچاو دەکەوتن. بەشێوەیەك هەڵسوکەوتیان لەگەڵدا دەکردم کە گوایا هەموو ڕووداوەکە خەتای من بووە. هەندێکیان تەنانەت بە گاڵتەجارییەوە پێکەنینیان بە حاڵم دەهات. من وامدەزانی ئیشەکەم لەوێ زووتر تەواو دەبێت، بەڵام چەند کاتژمێرێك منیان لە بنکە هێشتەوە و سەرئەنجام کەفیلێکیان پێ پڕکردمەوە و دواتریش ماتۆڕەکەیان دەست بەسەر کردم.

ئەو ڕووداوە هەرچی بوو تێ پەڕی، بەڵام کاریگەری ئەو ڕووداوە لەناو دەروونمدا مایەوە. بەشێوەیەك کە نەك هەر سەبارەت بە سپی پێستەکان هەستم بە شەڕانگێزی دەکرد، بەڵکو خراپتر لەوەش کەم کەم، ئەم بیروباوەڕە بێ عەقڵانەیەم لەلا دروست دەبوو کە بەهۆی ئەوەی کە ڕەش پێست بووم ئیدی خۆم بە بێ کەڵك و بێ ئامانج و بێ وزە، و پڕ لە ترس و زۆرجار خۆم بە کەسێکی دواکەوتوو و نەزان و وەکو شێرەپەنجە دەبینی و ئیدی خەریك بوو ئەو هەموو نەخۆشی و ترس و دڵەڕەواکێیانە لەناو دەروونمدا شوێنیان دەگرت، و هەموو هەستێکی پەرەپێدان و گەشە کردن و گەیشتن بە ئامانجەکانمیان کوشتبوو.

ئەمساڵانە بەشێك بوون لە ساڵە تاریکەکانی ژیانم، تاوەکو ڕۆژێك بەهۆی بەشداری کردنم لە سیمینارێك، ژیانمی گۆڕی. لە هۆڵەکەدا پیاوێك بە ڕێزەوە دەستی بۆ درێژ کردم و پرسی: (ئەحواڵت چۆنە باشە؟) ئەو لەناو ئەو هەموو خەڵکەدا منی هەڵبژارد بوو. ئەو سپی پێست بوو، بەڵام من لەبەرامبەر خۆم تەنها مرۆڤێکم بینی. بە شێوە و جلوبەرگی

وادیار بوو کە یەکێکە لە ئیشکەرەکانی ئەو هۆڵە. وابیرم دەکردەوە کە : (وتاربێژەکەی دانیشتنەکە هەرکەسێك هەبێت بە باشی خوێندکارەکانی پەروەردە کردوە. ئەم پیاوە، کەسێکی باش بوو) پاش چەند خولەکێك دەنگی مۆزیکی هۆڵەکە بەرزبوویەوە و خەڵك کەم کەم لەسەر کورسیەکان دانیشتن.

هاورێ تازەکەم وتی دەبێت برۆم و ئاگاداری هەندێك ئیش و کارم. تەوقەی لەگەڵدا کردم و وتی زۆر کاتێکی خۆش بوو و پاشان هەڵگەڕایەوە و ڕۆشت. مۆزیك پچڕا. ژنێکی جوان هاتە سەر شانۆ. ژنەکە باسی ئەوەی کرد کە چەند ساڵێك پێش ئێستا ئەویش یەکێك بووە لە بەشداریکەرەکانی سیمینارێکی لەم شێوەیە، و هەروەها باسی ئەوەی کرد کە چەند ترساو و دوودڵ و ڕاڕا بووە و ویستویەتی دانیشتنەکە بەجێ بهێڵێت، بەلاّم ماوەتەوە و ڕووبەڕووی ترسەکانی خۆی بوەتەوە و بۆ هەمیشە ژیانی گۆڕیوە.

پاش ئەوەی کە قسەکانی تەواو بوو وتی: (خوشکان، برایان، پیاوەکەم...... ئەنتۆنی رابینز!) ئەوە هەمان ئەو پیاوە بوو کە پێشتر قسەی لەگەڵدا کردبووم. ئەو یەکێك لە کارمەندەکانی ئەو هۆڵە نەبوو بەڵکو ئەستێرەی ئەو بەرنامەیە بوو.

لەو بەرنامەیەدا چەند کاتژمێرێك کۆمەڵێك پێکەنین، هەندێك گریان و هەندێك هاواریان دەکرد. بەلاّم هەموومان لەبارەی بوونی خۆمانەوە شتێك فێربووین کە بەردێژایی هەموو تەمەنمان فێری نەبووبووین.

تۆنی بووە هۆی ئەوەی کە فێرمان بکات لەبارەی ئەوەی کە دەبێت سەرەتا بیر لەخۆمان بکەینەوە و پاشان ئەو توانایییە بگۆڕین بۆ یەقین و شەهامەت، تاوەکو ئەوەی کە لەبەردەمی ئێمەدایە بەدەستی بهێنین.

لە کۆتایی ئەو شەوەدا گۆڕانێکی زۆر گەورە دروست بوو بۆم، ئیدی ئامادە نەبووم بگەڕێمەوە بۆ ئەو ژیانەی پێشوم. تۆنی و من جارێکی دیکە یەکتریمان بینیەوە و ژمارە تەلەفۆنم دا بە یەکتری. لە ڕۆژان و هەفتەکانی پاش سیمینارەکە، بێ ئاگایانە دەستم

کرد بە سود وەگرتن لەو شێوازانەی کە لەو سیمینارەدا فێریان بووم و بە یارمــەتی ئــەو شێوازانە توانیم گۆڕانێکی بنەڕەتی و بەسود لە ژیانی خۆمدا دروست بکەم.

پاش سیمینارەکە، دەستم لەو کارە هەڵگرت کە پانزە ساڵ ئیشم تێدا کردبــوو بــەرەو ئارەزوو و خەونی دێرینی خۆم ڕۆیشتم، تاوەکو دواجار ساڵی ۱۹۹۱ لەگــەڵ کۆمپانیــای C.B.S بۆ تۆمارکردنی گۆرانیەکانم گەیشتمە ڕێکەوتنێك. ئێستا دە ساڵ دەبێــت کــە ناسراوی من و تۆنی تێ دەپەڕێت و هاوڕێیەتیشمان بەردەوام لــە گەشــەکردندایە. لــە دە ساڵی ڕابردوو دا لە زەمینەی شــێوەکانی ڕابینــز بڕوانامــەم وەرگــرت و دواجــار بوومــە سەرۆکی پەروەردەی دامەزراوەی لێکۆڵینەوەی ڕابینز.

سەرەڕای ئەوەش خودی خۆم کۆمپانیایەکم دامەزراند کە کاری دروستکردنی سیمینار و ڕێکخستنی وۆرکشۆپات و کاری گروپی بوو بەتایبەتی بۆ یارمەتیدانی ئــەو کەســانەی کە دەیانەوێت سود لە هێزی دەروونی خۆیان وەرگرن. هەروەها لە زانکۆی کالیفۆرنیــاش خەریکی وانە وتنەوە بووم بە ماستەرەکان.

ئەو یەکەم شەوەی کە لەگەڵ تۆنی بووم، ئەو باوەڕەم لــەلا دروســت بــوو کــە (**ئەگــەر بڕیاری کۆتایی بدەم ئەوا هەمیشە ڕێگەیەك دەدۆزمەوە**). زۆرێك لە خەڵك سەرکەوتووتر بوون لە من، بــەڵام ئێمــە زۆرێکمــان نــەمان ویستووە ئەوە قبوڵ بکەین کە ئێمــە هۆکــاری پێویســـتمان هەیــە بــۆ ســـەرکەوتن لـــەناو دەروونماندا.

بێباکی (دەست پێ کردن)
دایکی هەموو شانازییەکانی مرۆڤە

ئەم هەستە دڵنیاییەکە ئێمە خێرا و سەریعتر بەرەو پێشەوە دەبات و دەبێتە هــۆی سەلامەتی و شادی. ئەگەر نەتوانین سەرکەوتووش بین و بگەین بــە ئامانجــەکانمان، ئــەوا بێگومان ئەو هەستە دڵنیاییە هەرگیز ناهێڵێت بگەڕێینەوە بۆ دواوە، بۆ نــاو ئــەو بــیر و بۆچوونە گەنیوانەی پێشوو کە ئێمەی لە هەموو شتێك ڕاگرتبوو.

(جۆزێف مەك کلندن)

ئەو کەسەی کە پرسیار دەکات، تاوەکو پێنج خولەك نەزانە.ئەو کەسەی کە ناپرسێت بۆ هەمیشەیی نەزانە.

(ئەو پرسیارانەی کە گرێکان دەکەنەوە)

لەسەر هەرچی تەرکیز بکەی ئەوە بەدەست دەهێنیت و سەرچاوەی تەرکیزی بیرکردنەوەت ئەو پرسیارانەیە کە لەخۆتی دەکەیت.

ماوەیەکی زۆر بوو کە تێگەیشتبووم کە کێشەکان لە هەمووکاتێکدا دروست دەبن. ئەگەر بمانەوێت لەگەڵ خەڵکیدا ئیش بکەین یان پەیوەندی لەگەڵ خەڵکی دروست بکەین دەبێت بەردەوام خۆمان ئامادە بکەین بۆ کێشە و هەمیشە دەبێت لەگەڵ کێشەکاندا دەست و پەنجە نەرم بکەین.

بۆیە بەردەوام هەوڵمدا بۆ بەرزکردنەوەی تواناکانم لە چارەسەرکردنی کێشەکاندا، پرسیار لەخۆم دەکرد بۆچی لەبری ئەوەی کە من خۆم بخەمە ناو کێشەکانەوە و بەردەوام لەگەڵیاندا بژیم، نەتوانم بەشوێن ڕێگاچارە و چارەسەری کێشەکاندا بگەڕێم.

بۆیە پێنج پرسیارم لە خۆم کرد و ئەو پرسیارانەم ناونا (ئەو پرسیارانەی کە گرێیەکان دەکەنەوە). تۆش دەتوانیت سود لەم پرسیارانە وەرگریت بۆ چارەسەرکردنی کێشە و گرێیەکانت.

بە بەکارهێنانی ئەم پرسیارانە لەتوانامدا هەبوو، ڕووبەڕووی ئەو کێشە و گرفتانە ببمەوە کە دەست و پێیان بەستبووم.

دڵنیاتان دەکەمەوە کە ئەم پرسیارانە دەتوانن هەموو کێشەیەکی بچوك یان گەورە چارەسەر بکەن. هەرگیز ئەو یەکەم جارەم لەبیر ناچێتەوە کاتێك کە سودم لەم پێنج پرسیارە وەرگرت.

تازە لە سەفەرێکی چوار مانگی گەڕابوومەوە کە لە ١٢٠ ڕۆژی ١٠٠ ڕۆژم لەسەر جادەکان بەسەر بردبوو، کاتێك کە گەڕامەوە بۆ ماڵەوە بەسەدان پەیامم پێ گەیشتبوو کە دەبوو وەڵامی هەموویان بدەمەوە. زۆربەی ئەوانەی ئەو پەیامانەیان ناردبوو ئەو کەسانە بوون کە هاتبوون بۆ بەشە ڕاوێژکاریەکەم.

کاتێك سەیری دەزگای پەیام گیرەکەم، کرد سەیر دەکەم دەبێت چل و هەشت کاتژمێر لە ماڵەوە بمێنمەوە تاوەکو وەڵامی ئەو پەیامانە بدەمەوە.

دەستم کرد بە پرسیاری لاوازکەرانە: (بۆچی هیچکاتێك ئاسایش و ئارامیم نیە؟ بۆچی وازم لیّ ناهێنن؟ نازانن کە من سەیارە نیم؟ بۆچی نابێت هیچ کات بڕۆم بۆ پشوویەك؟) تۆ دەزانیت کە ئەم پرسیارانە چ ڕۆحیەتێکیان بۆ من دروست کردبوو. خۆشبەختانە خۆم لەم داوە ڕزگار کرد و تێگەیشتم، کە پێویستە جۆری پرسیارەکانم بگۆڕم تاوەکو ڕۆحیەتیشم بگۆڕێت.

بۆیە ئەم پێنج پرسیارەم لەخۆم کرد کە باوەڕم وایە دەتوانن گرێیەکان بکەنەوە و کێشەکان چارەسەر بکەن:

١- کام لایەنی ئەم کێشەیە باشە؟ یەکەمین وەڵامم، وەکو زۆرێك لە کاتەکان، ئەوە بوو کە (بەتەواوی هیچ!) بەڵام کاتێك کەمێك زیاتر بیرم کردەوە، تێگەیشتم کە هەشت ساڵ پێشتر حەزم دەکرد کە ٢٠ کەسی خۆشەویست و دۆست و نزیکم هەبن بۆ ئەوەی بیانەوێت من ببینن. ئێستا زیاتر لە سەد کەس لە پۆستە باڵاکان و کەسە گرنگەکانی ئەم وڵاتە چاوەڕوانی ئەوەن کە تەلەفۆنیان بۆ بکەم. بەهۆی ئەم بیرکردنەوەوە پێکەنیم بە خۆم و شێوەی سۆزداریم تێکشکاند و کەم کەم کاتێك بینیم ئەو هەموو کەسە بوونیان هەیە کە ڕێزم دەگرن و منیان خۆش دەوێت و حەز دەکەن کاتی خۆیان لەگەڵ مندا بگوزەرێنن. سوپاسی خودام کرد.

٢- چ شتێك هێشتا کامڵ نیە؟ گومانی تێدا نیە کە دەبێت بەرنامەکانی من بەتەواوی ڕێك بخرێن هەستم کرد کە ژیانی من ناهەوسەنگە.

٣- بۆ ئەوەی ئاراستەی کارەکان بە ئاراستەی نیەت و مەبەستی من بن، ئایا ئامادەم چ کارێك ئەنجام بدەم؟ بڕیارمدا ژیان و بەرنامەی خۆم ڕێك بخەم تاوەکو هاوسەنگێکی زیاترم هەبێت و ئامادە بم کە خۆم کۆنترۆڵ بکەم و وەڵامی کۆمەڵێك لە خواستەکانم بە نەرێ بدەمەوە.

٤- بۆ ئەوەی بارودۆخەکە بەو شێوەیە بێت کە لەگەڵ مەبەست و نیەتی مندا بگونجێت، ئامادەم چ کارێك لەمەو دوا ئەنجام بدەم؟ تێگەیشتم کە دەتوانم لەوە بەدوا واز لە گلەیی و گازندە و بۆڵە بۆڵ بهێنم و ئەوەش دادپەروەرانە نیە کە سودم لێ وەرگرن و بەکارم بهێنن، لەگەڵ ئەوەشدا گلەیی نەکەم لەو هەلومەرجەی کە خەڵکی هاوکاریم دەکەن و یارمەتیم دەدەن.

٥- چۆن بتوانم لە کارەکانی سەرەوە چێژ وەرگرم؟ بیرم لەوە کردەوە کە چۆن دەتوام بە ١٠ تەلەفۆن کردنی جیاواز کاتێکی خۆش بەسەر بەرم؟ دانیشتن لە پشت مێزەوە، ڕۆحیەتی پێویستی لەمندا دروست نەدەکرد. بۆیە بیرۆکەیەك هات بە مێشکمدا، ٦ مانگ بوو کە نەڕۆیشتبووم بۆ حەوزی مەلەکردنی ماڵەوە.

بەخێرایی جلی مەلە کردنم لەبەر کرد، تەفەلۆنێکی سەماعە خارجی، و لاپتۆپێکم هەڵگرت و لەلای حەوزی مەلە کردنەکە نوسینگەیەکم دروست کرد و دەستم کرد بە ژمارە تەلەفۆن لێدان. لەگەڵ چەند کەسێك لە هاوکارەکانم لە نیۆیۆرك تەلەفۆنم کرد و سەرم خستە سەریان و بە گاڵتە و قسەی خۆش و نوکتە قسە و باسەکانم تەواو کرد.

چۆنیەتی ژیانی هەرکەس لە جۆری ئەو پرسیارانەدا دەردەکەوێت کە لەخۆی دەیکات.

(ئەنتۆنی رابینز)

([illegible]ر ك[illegible] و[illegible]ڵامە)

باشترین ڕێگەی ڕێکخستنی سەنتەری ئاراستەکردن، بریتیە لە سود وەگرتن لە هێزی (پرسیار). ئایا دەزانیت کە شێوەی پرسیارکردنێکی ڕاست دەتوانێت بەتەواوی گیانی مرۆڤێك ڕزگار بکات؟

پرسیار، گیانی (ئەستانیسلاڤکی-لیخی) ڕزگار کرد. شەوێك نازیەکان ڕژان بەسەر ماڵەکەیدا و خۆی و خێزانەکەیان برد بۆ ئوردوگای مەرگ و ئەندامانی خێزانەکەی لەبەرچاویەوە فیشەك باران کرد. ئەویش لەگەڵ زیندانیەکانی ئۆردوگاکە بە لاوازی و خەم و برسیەتی لە بەیانی تاوەکو شەو ئیشی دەکرد. چۆن دەکرێت مرۆڤ لە هەلومەرجێکی قورسی لەو شێوەیەدا بمێنێتەوە؟ بەلآم ئەو بە هەر شێوەیەك بوو بەردەوامیدا بە ژیانی.

ڕۆژێکیان سەیری ئەو دۆزەخەی کرد کە لەناویدا دەژی و سەیری کرد ئەگەر تەنانەت ڕۆژێکی تر لەناو ئەو شوێنەدا بمێنێتەوە دەمرێت. بڕیاریدا هەڵبێت. هیچکەس پێشتر نەیتوانی بوو لەو ئۆردوگایەدا هەڵبێت، بەلآم بیری لەوە کردەوە کە دەبێت ڕێگەیەك هەبێت بۆ هەڵهاتن.

ئەو ناوەندی ئاراستە[illegible] لەو پرسەی کە [illegible]ن دەتوانێت ئەو هەلومەرجەی کە لەناویدایە تە[illegible]مول بکات، [illegible]ۆزی و لەبری ئ[illegible]ەوە پرسی: (چۆن دەتوانم لەم شوێنە ترسناکە هەڵبێم؟) هەر[illegible]ێك ئەم پر[illegible]ەی [illegible]رد زۆرجار لە دەروونی خۆیەوە ئەم جۆرە

وەلاّمانەی دەست دەکەوت (بێ عەقڵ مەبە! هیچ ڕێگەیەك نیە بۆ هەڵهاتن. بەم جۆرە پرسیارانە تەنها رۆحیەتی خۆی ئازار دەدا)

بەلاّم ئەم پرسیارە جێگەی قبوڵ نەبوو بۆی. ئەو بەردەوام لەخۆی دەپرسی: (چۆن دەتوانم ئەم کارە ئەنجام بدەم؟ چۆن دەتوانم لەم شوێنە ڕزگارم ببێت و هەڵبێم؟)

ڕۆژێکیان وەلاّمەکەی وەرگرت: هەستی بە بۆنی گۆشتی گەنیو لە نزیك شوێنی ئیشەکەوە کرد. پیاوان، ژنان منداڵیان لە ژووری خنکاندنەکاندا دەردەهێنا و دەیانخستنە ناو لۆرێکەوە.

لەو کاتانەدا لیخ لەبری ئەوەی بیر لەوە بکاتەوە باشە ئەم هەموو تاوانە بۆچی ئەنجام دەدرێت و بۆچی ئەم تاوانبارانە ئەم کارە ئەنجام دەدەن، بیری لەوە کردەوە کە ئەو هەلومەرجە زۆر لەبارە بۆ ئەو و دەتوانێت سود لەوە وەربگرێت و بەکاری بهێنێت بۆ خۆی و ئەم پرسیارەی لە خۆی کرد (بۆچی نەتوانم سود لەم هەلە وەرگرم؟)

کاتێك خۆر ئاوابوو و زیندانیەکان گەڕانەوە بۆ شوێنی پشوودانی خۆیان، لیخ خۆی ڕووت کردەوە و بە ڕووت و قوتی خۆی خستە ناو جەستە مردووەکانەوە. بۆنی مردن و پیسی جەستەی هەموویانی هەست پێ دەکرد، ماوەیەکی زۆر چاوەڕوانی کرد. دەرەئەنجام دەنگی داگیرساندنی لۆریەکەی هەست پێ کرد. پاش سەفەرێکی کورت، هەموویان کردنە ناو گۆڕێکی بە کۆمەڵەوە. لەوێ ئەوەندە چاوەڕوانی کرد تاوەکو دڵنیا بوو کە هیچکەس لەو نزیکانە نیە و پاش ئەوە نزیکەی ٤٠ کیلۆمەتر بە ڕووتی ڕای کرد تاوەکو توانی ئازادی خۆی بەدەست بهێنێت.

چ هۆکارێك بووە هۆی ئەوەی تاوەکو (ئستانیسلاڤسکی-لیخ) چارەنوسێکی جیاوازی لەو ملیۆنەها کەسەی کە لەو ئۆردوگایانەدا هەبوون هەبێت؟ ئەو پرسیارێکی زۆری لەخۆی کرد. بەردەوام پرسیارەکانی دووبارە دەکردەوە، چاوەڕوانی کرد، تاوەکو دەرەئەنجام توانی وەلاّمی دڵنیاکەرانە وەرگرێت.

٩٩٪ سەرکەوتن، شکستە

(سویشیرو هۆندا)

(کێشەیەك بەناوی شکست)

– لەوانەیە لە هەر یەکێك لە قۆناغەکانی ژیاندا بگەیتە خاڵێك کە بڵێت: (ئای خودایە هەموو گوریسەکەم بوویەوە بە خوری؟ و وەڵامەکە ئەوەیە: (تەنها ڕەوشی خۆت بگۆڕە، ڕێگەیەکی دیکە هەڵبژێرە.)

لەوانەیە بڵێیت: (زۆر باشە ئەگەر ئەو ڕێگەیە نەگاتە مەبەست چی بکەم؟) بێ گومان دووبارە ڕەوشێکی دیکە تاقی بکەرەوە. ئەگەر دووبارە سەرکەوتوو نەبیتەوە چی؟ ڕەوشێکی دیکە هەڵبژێرە. ئەگەر نەبوو، دیسانەوە ڕێگەیەکی دیکە و ئەگەر دیسانەوە هەر نەتتوانی بگەیتە مەبەست ڕەوشی دواتر تاقی بکەرەوە. بەڵام دواهەمینجار چەند؟ ئەوەندە ڕەوشی جۆراوجۆر تاقی بکەرەوە، ئەوەندە شێوەی کاری خۆت بگۆڕە تاوەکو دەرەنجام سەرکەوتن بەدەست دەهێنیت.

– گەورەترین گیرۆدەبوونی خەڵك ئەوەیە کە ناتوانێت وەڵامێکی سبلی و نەرێنی قبوڵ بکات. بۆ سەرکەوتن ئەبێت ئەوە بزانیت ئەگەر دەستیان نا بەڕووتەوە دەبێت بزانیت چۆن بتوانیت خۆت بگونجێنیتەوە. دەبێت هێزی وەڵامی سلبی و نێگەتیڤانە هەڵوەشێنیتەوە.

– ئەگەر بتوانیت پێنج یان شەش (نەخێر) تەحەمول بکەیت، ئەو کاتە دەتوانیت دەوڵەمەند ببیت و دەتوانیت ژیانی خەڵکی دیکە بگۆڕیت. بەڵام زۆرینەی خەڵکی دیکە نازانن چۆن ڕووبەڕووی وەڵامی نەخێر ببنەوە.

– ئەگەر هەرەس بهێنیت و توشی شکست ببیت لەوانەیە هۆکارەکەی ئەوە بێت کە نەتوانیوە بەسەر دڵساردیەکانی خۆتدا سەرکەوویت. لەوانەیە بڵێیت: باشە مادامەکی من شکستم خوارد کەواتە دڵسارد دەبمەوە. بەڵام مـن بـە پێچـەوانەوە بـیر دەکەمـەوە. ئەگـەر بـەپێی پێویسـت زاڵ بـوو بیـت بەسـەر دڵسـاردیەکانتدا، توشـی شکسـت و هەرەسهێنان نابیتەوە بەڵکو ئەزموون وەردەگریت.

– ئایـا تـاوەکو ئێسـتا بـیرت لـەوە کردوەتـەوە کـە خـەڵکی کاتێـك توشـی سەرکەوتنێکی باش دەبن ئەوا میوانی دەسازێنن و دەعـوەت و دەعـوەت کـاری دەکـەن بەڵام کاتێك شکست دەخۆن بێتاقەت و خەمبار دەبن. کەواتە ئاگاداربە شکست بـوونی نیە، ئەگەر ئەو ڕەوشەی کە گرتوتە بەر کاریگەر نەبووە یان گەیشتن بە ڕێگەیەك بـوونی نەبووە، کەواتە ئەوە بزانە کە ئەوە ئەو شتەیە کە یارمەتیت دەدات بۆ ئەوەی باشتر فێر ببیت و باشتر ڕێگاکانت پیشان دەدات تاوەکو بگەیتە مەبەست.

– چەند جار کەوتوویت سەر زەوی تاوەکو فێری ڕۆیشـتن بوویـت؟ چـەند درێـژەی کێشا تاوەکو دەرەئەنجام توانیت یەکـەمین هـەنگاوی بـەهێزت بەسـەر زەویـدا بنێیـت؟ منداڵەکەی من چەندین مانگ هەوڵیدا تاوەکو تـوانی بەسـەر زەوی دا بـڕوات. مانـای سەرکەوتن و سیحری سەرکەوتن ئەمەیە. هـەموو منداڵـەکانی جیهـان ڕۆژێـك بـەهۆی هەوڵدانە بەردەوامەکانیانەوە فێری ڕۆیشتن دەبن، بەڵام گەورەکان ئەم ڕەوشە ناگرنە بەر.

گەورەکان شکست بە کارێکی کۆتایی دادەنێن. بۆیە ئەگەر جارێك شکسـت بخـۆن بـۆ بەدەستهێنانی ئامانجێك، لەوانەیە جارێك یـان دووجـاری دیکـە هـەوڵ بدەنـەوە ئیـدی نائومێد دەبن. ئیدی ڕاهێنان ناکەن و واز لە کارەکەیان دەهێنن.

– چارەنوسی ئێمە پەیوەستە بەوەی کە چۆن دەتوانین لەگەڵ ناکامیەکانی ژیانماندا هەڵسوکەوت بکەین.

– زۆربەی کات ئەو شتەی کە لە کورت ماوەدا بە (ناموـمکین) بەرچاو دەکـەوێت ئەگەر پێداگیری لەسەر بکـەیت و سـور بیـت لەسـەری ئـەوا لـە درێـژ مـاوەدا دەبێـت (مومکین).

لێهاتوویی بە باشترین شێوە لە سەیرکردنی هەر ڕووداوێك
دا، بەهاکەی زیاترە لە دە هەزار دۆلار.
(سامونێل جانسۆن)

(سیحری پرسیار)

-یەکەمین جیاوازی لەنێوان کەسانی سەرکەوتوو و کەسانی ناسەرکەوتوو چی یە؟ بابەتەکە زۆر سادەیە: کەسانی سەرکەوتوو باشتر پرسیار لە خۆیان دەکەن و دەرەئەنجام وەڵامی باشتر وەردەگرن. کاتێك کە سەیارە دروست بوو، سەدان کەس بیریان لە دروستکردنی کردەوە، بەڵام (هێنری فۆرد) لەگەڵ کەسانی دیکەدا جیاواز بوو و لەخۆی پرسی (چۆن بتوانم ئەم دەزگایە بکەمە بەرهەمێکی زۆر؟)

کەواتە ئەگەر بمانەوێت شێوە و چۆنیەتی ژیانمان بگۆڕین، دەبێت گۆڕان لەو پرسیارانە دروست بکەین کە لە خۆمان و کەسانی دیکە دەیانکەین.

- پرسیارەکان لەم شێوەیەن: بۆچی ئەم کێشەیە دروست بووە؟ بۆچی ئەم هەموو کێشەیەم هەیە؟ بۆچی بەم شێوەیەی لێهات؟ ئەمە ئەو جۆرە پرسیارانەن کە هەرگیز تەواو نابن و هەرگیزیش یارمەتیت نادەن، بەڵکو تەنها هەستی سلبیت تێدا پەرە پێ دەدەن.

- کۆمپیوتەری مێشك، هەمیشە ئامادەی خزمەت کردنە بۆت، و هەر پرسیارێکی پێ بدەیت بە دڵنیاییەوە وەڵامێکی دەبێت. ئەگەر پرسیارەکەت وڕێنە بێت (بۆ نمونە بۆچی هەمیشە من نەگبەت و داماوم؟) بێ گومان وەڵامی وڕێنانەش وەردەگریتەوە.

لەلایەکی دیکەوە، ئەگەر پرسیارەکە زۆر باش و بەرهەم بەخش بێت (بۆ نمونە چۆن دەتوانم لەم پێگەیە سود وەرگرم؟) خۆ بەخۆ، خۆت بەرەو رێگا چارە گونجاوەکان رێنوێنی دەکەیت.

- تەرکیز واتە واقعیەت و نهێنیەکەی ئەمەیە: ئەگەر دەتەوێت حەقیقەت و واقعیەت بگۆڕیت تەرکیزت بگۆڕە و ئەگەر دەتەوێت تەرکیزت بگۆڕیت، ئەو پرسیارانەی کە لەخۆتی دەکەیت بیانگۆڕە. کەواتە ئەگەر دەتەوێت ژیانمان کۆنتڕۆڵ بکەین دەبێت پرسیارەکانمان کۆنترۆڵ بکەین.

- ئەگەر دەتەوێت کەسێکی گەورە بیت، پرسیاری گەورە بکە، جیاوازی نێوان کەسەکان پەیوەستە بەو پرسیارە جیاوازییانەی کە هەمیشە لەخۆمانی دەکەین.

- پرسیارەکان ڕاستەوخۆ دەبنە هۆی لادانی بیر و دەردئەنجام، دەبنە هۆی گۆڕانی هەستەکانمان. لە ژیانی هەرکەسێکدا، سات و بیرەوەری جوان بوونی هەیە کە بیرهێنانەوەی ئەوانە هەستێکی دڵنشین دروست دەکەن.

بۆ نمونە ئەو ڕۆژەی کە یەکەمجار بە تەنیا لە ماڵەوە چوویتە دەرەوە، یان لەدایکبوونی یەکەمین منداڵت، یان قسە کردن لەگەڵ هاوڕێیەکت کە بوو بێتە هۆی بەهێزبوونی متمانە و باوەڕبەخۆبوونت. پرسیاری لەم شێوە بۆ نمونە (لە ئێستادا چ شتێکی زۆرباشم هەیە لە ژیاندا؟) دەبێتە هۆی ئەوەی کە ئەم ساتانەمان لەبیر بچێتەوە.

- ئەوەی کە چ کارێك دەکرێت بکرێت واتە (مومکینە) و ئەوەی کە دەبێت چ کارێك نەکرێت واتە (نامومکینە) پەیوەندی بەو پرسیارانەوە هەیە کە دەبێت لە خۆمانی بکەین. بۆ نمونە کاتێك لە خۆمان دەپرسین کە بۆچی هەمیشە ئیشەکان خراپ دەکەین؟ بە شێوەیەکی نەخوازراو گریمانەیەکمان قبوڵ کردوە کە ئەویش ئەوەیە کە بەڕاستی ئیشەکان خراپ دەکەیت، لەکاتێکدا کە لەوانەیە بەڕاستی بەو شێوەیە نەبێت.

٤

داهێنان ئامرازێکی کاریگەرە لە چارەسەرکردنی کێشە و پرسەکاندا

هەموو کەس من بە هەلکەوتە و داهێنەر دەزانێت، لە ڕاستیدا من خۆم بە کەسێکی ئاسایی دەزانم بەلام تەنیا جیاوازێکی گەورەم لەگەل کەسانی دیکەدا ئەوەیە کە کاتێك پرسێك لە مێشکمدا شوێن دەگرێت شەو و ڕۆژ، لە هەموو هەلومەرجێکدا لە خەو و بێداری دا، لە خۆشی و لە ناخۆشیدا بیری لێ دەکەمەوە، تاوەکو چارەسەری نەکەم و نەگەمە دەرەئەنجامێك وازی لێ ناهێنم.

(زانایەك)

لەکاتی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ هەر کێشەیەکی سەرەکی ناتوانین بە هەمان ئاستی فکرییەوە بیر لەو کێشە و پرسە بکەینەوە، کە پێشتر دروست بووەو هاتووەتە ئاراوە.

(ئەلبێرت ئەنشتاین)

(قۆناغەکانی چارەسەرکردنی پرسیار)

پەیداکردنی ڕێگا گونجاوەکان بۆ پرسیارەکان و کێشەکان پێویستی بە قۆناغی سادە بەڵام کاریگەر هەیە کە لێرەدا بەشێوەیەکی کورت ئاماژەیان پێ دەکەین:

١- شێوەی پرسیارەکە ڕوون بکەرەوە.

پەندێکی بەریتانی هەیە زۆر جوانە دەڵێت: ئەگەر کەسێك لە ماڵەوە بچێتە دەرەوە و نەزانێت بۆ کوێ دەڕوات، ئەوە بێگومان ئەو کەسە نەزان و ئەحمەقە. لەبارەی حەلکردنی پرسیاریشەوە هەمان هەلومەرج ڕاستە. زۆرجار ئەوەندە وزە و تواناییمان تەرخانی دەرەئەنجامی پرسێك دەکەین هەرگیز ئەوەندە گرنگی بەوە نادەین کە بەڕاستی ئەسڵی پرسەکە چییە؟ و ئەو کێشەیە کە دروست بووە کامەیە؟

بۆیە یەکەمین هەنگاو لە ئاراستەی چارەسەرکردنی کێشەکان ئەوەیە کە بە ڕوونی ئەوە بخەینەڕوو کە بزانین ئێمە دەرگیری چ جۆرە قەیرانێکین. جگە لەو حاڵەتە ئیدی هیچ هیوایەك نیە بۆ ئەوەی چارەسەری کێشەکە بکەین.

٢- باوەڕ بەوە بکە کە هەموو کێشەیەك ڕێگاچارەیەکی هەیە.

باوەڕ کردن بەوەی کە متمانەی ئێمە دەتوانێت پرسەکانمان چارەسەر بکات دەبێتە هۆی دروستبوونی تێڕوانینی (چارەسەری کێشە) سەبارەت بە هەر هەلومەرجێکی قورس. سەیرکردنی چارەسەری پرس واتە لەبری ئەوەی نائومێد و بێتاقەت و هیوا بڕاو بین، پێویستە بە دیدێکی کراوە و هیوادارانە، و بەشێوەیەك کە ئیمانمان هەیە بەوەی کە

هەر دەبێت ئەو ڕێگا چارە بدۆزرێتەوە بە ئاسانی دەتوانرێت چارەسەری کێشەکان بکرێت، بەلاّم دەبێت هۆشیار بین و بتوانین وەلاّمەکەی بدۆزینەوە.

٣- تەرکیز و پێداگیری لەکاتی چارەسەرکردنی کێشەکەدا:

زیگ زیگلار کە یەکێکە لە نوسەر و وتاربێژە بەناوبانگەکان باوەڕی وایە: شکست بەزۆری نیشانەی کەمی ئارامگری و خۆڕاگری و پێداگیرییە. بۆ وەرگرتنی دەرەئەنجامی هەر کارێك دەبێت بەردەوام تەحەمول و ئارامگرتن و پێداگیریمان هەبێت. دەبێت تەرکیز لەسەر خۆمان بکەین و تاوەکو نەتوانین بگەینە دەرەئەنجامێك، هەرگیز نابێت وازبهێنین و دەست لەکار بکێشینەوە باشترین ڕێگاچارە بۆ چارەسەرکردنی کێشەیەك بریتییە لە حەلکردنی.

٤- سود وەرگرتن لە هێزی داهێنەرانە:

داهێنان واتە دروست کردن، بەدیهێنان، دروست کردنی شتێك کە پێشتر کەسێك ئەو شتەی دروست نەکردبێت. تێڕوانینی جیهان بەشێوەیەکی تازە، سود وەرگرتن لەو ڕەوشانەی کە تاوەکو ئێستا نەتوانراوە سودی لێ وەربگیرێت، دەرخستنی ئەو شتەی کە تاوەکو ئێستا کەس نەیتوانیوە بیهێنێتە سەر زمان، تازەگەری پێویستی بە گەمارۆدانی نەرێتە فکرییەکانە. لە بابەتێکدا بەناوی (هەرگیز نەبیت بە دانا) هاتووە: گرنگترین ڕێگرییەکانی داهێنان ئەو زانینانەی ئێمەیە کە هەمانە نەك ئەو شتانەی کە نایانزانین. ئێمە گەمارۆدراوی ئەندێشەکانی خۆمانین. لە چوارچێوەی زانینەکانماندا بیر دەکەینەوە و هەلّسوکەوت دەکەین.

دەرچوون لەو چوارچێوانە و تێکشکاندنی بنەما جێگیرە پەروەردەییەکان، پێویستیان بە دەرکەوتنی پلان و ڕێگای تازەو و داهێنەرانە هەیە. گۆڕان بۆ کەسایەتێکی داهێنەر ئاسانە، ئەوەندە بەسە کە شوێنکەوتە نەبین، ئەوەی کە خەلّکی دەیلّێنەوە یان دووبارەی دەکەنەوە ئێمە دووبارەی نەکەینەوە و بیر لە ڕێگا و بیری تازە بکەینەوە. بۆ ئەم کارە دەبێت فراوانتر لە سنورەکانی زانین و بیرکردنەوەی ئێستامان بڕۆین.

ئەو پرسیارەی کە بـە باشـی لێکدەدرێتـەوە و شـی
دەکرێتەوە، نیوە حەل کراوێکە
(دیل کارینگی)

تێگەیشتنی کێشە و پرسیار نیوەی وەڵامەکەیە
(پەندێکی عەرەبی)

١- شێوەی پرسیارەکەت بە وردی دیاری بکە

مامۆستایەك چووە پۆلێکەوە. سێ ژمارە ٨، ٤، ٢ لەسەر تەختەکە نوسـی و پاشـان رووی کردە خوێندکارەکانی و پرسی: (باشە، وەڵامەکە چییە؟)

هەندێك لە خوێندکارەکان وتیان: (کۆکەی دەکاتە ١٤)

مامۆستاکەی سەرێکی بە نەخێر بەرز کردەوە.

هەندێکی دیکە وتیان: (زیادکردنی ژمارەیە بە دوو هیندەی پێشوو کە دواتر دەکاتـە شانزە) مامۆستاکە سەرێکی بە نیشانەی نەخێر بەرز کردەوە.

کۆمەڵێکی دیکە کە لە دواوە دانیشتبوون وتیان ژمارەکە دەکاتە ٦٤،

دیسانەوە مامۆستا سەرێکی بە نیشانەی نەخێر جوڵاند و وتـی: (نـەخێر) هـەمووتان پەلەتان کرد لە وەڵام دانەوە. هیچکامتان نەتان پرسی پرسیارەکە چییە؟

مادامەکی کلیلی پرسیارەکەتان نەپرسی نەك هـەر تـەنها بـێ توانـابوون لـە دیـاری کردنی پرسیارەکە بەڵکو تواناشتان نەبوو پرسیارەکە حەل بکەن.

ڕاستی لەلای مامۆستایە ئەم مەسەلەیە بەڕادەیەك سادە و ئاسانە کـە بـە زۆری لـە بیری دەکرێـت. زۆرێکمـان لـەبارەی ئـەوەی بـەبێ ئـەوەی زانیـاری ڕاسـتمان لـەبارەی مەسەلەیەکەوە هەبێت وەڵامێکی خێرا دەدەینەوە.

دەرئەنجام: پەیبردنی کێشەیەك یەکسان نیە بە چارەسەرکردنەکەی، بەڵام ئەگـەر کێشەکە بە باشی تێ نەگەیت و نـەتوانیت پـەی پـێ بـەریت هـەرگیز ناتوانیـت ڕێگـا چارەیەکی گونجاوی بۆ بدۆزینەوە.

کێشە نیە ئاسان نەبێت، بەڵام دەبێت پیاو
هەراسان نەبێت

٢- هەموو کێشەیەك ڕێگا چارەیەکی هەیە

باوەڕ بەوەی کە دەتوانرێت کارێك ئەنجام بدرێت، مێشك هان دەدرێت و ئامادە دەکرێت بۆ ئەوەی بخرێتەگەڕ بۆ دەستبەکار بوونی کارێك. زۆرجار لە وانەکانی پۆلدا سود لەم نمونانە بۆ ڕوونکردنەوەی ئەم مەسەلەیە وەردەگرم. لە خوێندکارەکان دەپرسم: (چەند کەس لە ئێوە هەست دەکات کە ٣٠ ساڵی داهاتوو، بۆی هەیە زیندان نەمێنێت؟)

کاتێك هەموولا دڵنیا بوون کە نامەوێت گاڵتە بکەم بەگشتی کەسێك بە قسەیەکی لەم شێوەیەی ڕێزدارانە دەڵێت: (مەبەستت ئەوەیە کە هەموو ئەو دز و خراپەکار و پیاو کوژانە بڕژێنە سەر جادە؟)

کۆمەڵێکی دیکە لەخۆڕا دەست دەکەن بە دەربڕینی بۆچوون:

(ئەگەر زیندان نەبێت ڕێکسختن و ئارامی کۆمەڵگە لەناو دەچێت)

(لەبارەی تاوانبارەکانەوە چی دەڵێت؟)

(تۆ چی دەڵێیت پێویستمان بە زیندانی زیاتریش هەیە)

(ئەو هەواڵە ترسناکەت نەخوێندەوە سەبارەت بە زیندانیەکەی دوێنی؟)

تەنانەت یەکێك دەیوت دەبێت زیندان و پۆلیسمان هەبێت بۆ ئەوەی خەڵکێکی زۆر بێ ئیش نەبن.

پاش ئەوە بەو کۆمەڵەیە دەڵێم: (هەریەکە لە ئێمە بەڵگەیەکمان هێنایەوە سەبارەت بەوەی کە بۆچی ئێمە ناتوانین ئەوە لەبەرچاو نەگرین کە پێویستمان بە زیندانەکان نیە.

ئێستا لوتفێکیش لە ڕاستی من بکەن، تکا دەکەم ئەگەر چەند خولەکێکیش بووە ئەو باوەڕە لەلای خۆتان دروست بکەن کە دەکرێت زیندانەکان لەناو کۆمەڵگەدا نەهێڵین؟

خوێندکارەکان بۆ هەماهەنگی ئامانجی تاقیکردنەوەکەم دەڵێن: (زۆر باشە بەڵام تەنها بۆ خۆشی). پاشان دەپرسم: (ئێستا گریمان زیندانەکان نەهێڵین کەواتە دەبێت ئێستا لە کوێیوە دەست پێ بکەین؟)

سەرەتا پێشنیارەکان بە خاوی دەخرێنەڕوو. کەسێك بە گومانەوە دەڵێت: (باشە ئەگەر بە باشی گەنجەکان پەروەردە بکرێن و بەجوانی پێ بگەیەنرێن لەوانەیە بتوانرێت تاوانەکان بنەبڕ بکرێن)

ئەوەندە نابات ئەو کۆمەڵەیەی کە ١ خولەك پێشتر زۆر سەرسەختانە دژی بۆچونەکەی من بوون بە حەزەوە ئەوە دەخەنەڕوو کە: (دەبێت کارێك بکرێت کە هەژاری ریشە کێش بکرێت. چونکە سەرچاوەی هەموو تاوانەکان لە هەژاری و دەست کورتییەوە سەرچاوە دەگرن.

(کۆمەڵێك وتیان دەبێت لێکۆڵینەوە و هەڵسەنگاندن بکرێت لەبارەی ئەوانەی کە لە بنەڕەتدا حەزیان لە تاوانە)

یان (دەبێت کۆمەڵێك پۆلیس و کارمەند پێ بگەیەنرێن کە کار لەسەر ڕەوشی چاکسازی بکەن و زیاتر کار لەسەر مەسەلەی پەروەردەی تاك بکەن.)

ئەمانە تەنها نمونەیەك بوون لە و ٧٨ بیرۆکە جیاوازەی کە لە پۆلدا خوێندکارەکان خستیانە ڕوو و منیش لەسەر کاغەزێك نوسینمەوە کە بۆ مەسەلەی لابردنی زیندانەکان خرانەڕوو.

کاتێك ئیمانت بە ئیشێك هەبێت ئەوا بیر و مێشکیشت بەشوێن ڕێگای تازە و ڕەوشی تازەدا دەگەڕێت.

کاتێك ئیمانت هێنا بەوەی کە شتێك هەیە نامومکینە ئەوا نائاگایانە مێشکت شوێن بەڵگەیەکدا دەگەڕێت کە ئەم بابەتە بسەلمێنێت، بەلاّم کاتێك کە ئیمانت بە ئیشێك هەبوو کە مومکین بێت و پێت وابێت دەکرێت، ئەو کاتە بیر و مێشکت خۆی ڕێگەی ئەنجامدانی دەگرێتەبەر.

ئەگەر ئیمانت بە تواناییەکانی خۆت هەبێت دەتوانیت ڕێگا چارە بۆ کێشە شەخسیەکانت بدۆزیتەوە.

(دیڤید شوارتز)

تەنها (نامومکین) نامومکینە، هەرگیز سود لە وشەی
(هەرگیز) وەرنەگریت.

(مەسعودی لەعلی)

(تاوەکو ئیرادەیەك هەبێت ڕێگەیەکیش هەیە)

سێ کەس لە عەیادەیەکی پزیشکی دا گفتوگۆیان دەکرد. هەر سێکیان فەحسەکانیان وەرگرتبوویەوە. هەر سێکیان دکتۆر پێی وتبوون کە نەخۆشیەکانیان چارەسەری نیە و لە ئانیدەیەکی نزیکدا هەر سیانیان کۆتایی بەژیانیان دێت.

لە ڕاستیدا ئەوان خەریك بوون لەو بارەیەوە قسەیان دەکرد و دەیانویست باسی ئەوە بکەن کە ئەو تەمەنەی کە ماویانە چۆن بیگوزەرێنن.

کەسی یەکەم وتی: (من لە ژیانمدا هەمیشە خەریکی کار و کاسبی بووم و خەریکی پارە پەیدا کردن بووم، بۆیە سامانێکی زۆرم پێکەوە ناوە، بەڵام زۆر بەکەمی خەریکی خۆشی و ژیانی شەخسی خۆم بووم.

بۆیە ئیدی ئەو چەند ڕۆژەی کە ماومە و بڕیارە تێی دا بژیم بەڕاستی دەمەوێت ئەوەی کە پەیدام کردووە هەمووی لە کات بەسەربردنی خۆم و خۆشی خۆمدا سەرفی بکەم، بڕۆم بۆ ئەو شوێنانەی کە نە ڕۆیشتووم بۆیان، ئەو خواردنانە بخۆم کە تاوەکو ئێستا نەمخواردوە، ئەو کارانە بکەم کە تاوەکو ئێستا کاتم نەبووە بۆ ئەنجامدانیان، ئەو جلوبەرگانە لەبەر بکەم کە تاوەکو ئێستا دڵم نەهاتووە لەبەریان بکەم.

کەسی دووەم دەڵێت: منیش کەسێك بووم لە دنیای بازرگانی و کاروکاسبی دا مەشغوڵ بووم زۆر کەم کاتەکانم تەرخان کردووە بۆ دەوروبەرەکەم، بۆیە ئیدی دەمەوێت لەمەولا ئەو تەمەنەی کە ماومە بەڕاستی هەمووی تەرخان بکەم بۆ خزمەکانم

بەتایبەتی بۆ خێزانەکەم و منداڵەکانم دەمەوێت کاتێکی زۆرتر لەگەڵیاندا بم، لەگەڵیاندا بڕۆین بۆ ئەو شوێنانەی کە پێشتر نەڕۆیشتووین، دەمەوێت کاتێکی زۆرم تەرخان بکەم بۆ سەردانی خزم و کەسە نزیکەکانی وەکو باوك و دایك و برا و خزمەکانی دیکەم، دەمەوێت ئەو پارەیەی کە کۆمکردوەتەوە نیوەی بکەم بە خێر بۆ خەڵکی کەم دەرامەت و ئەوەشی کە دەمێنێتەوە دەمەوێت دایبنێم بۆ ماڵ و منداڵەکەم بۆ ئەوەی دوای خۆم موحتاج نەبن و بتوانن بەو پارەیە بژین.

کەسی سێیەم بە بیستنی قسەکانی کەسی یەکەم و دووەم هەندێك بێدەنگ بوو و پاشان وتی: من هێشتا وەکو ئێوە نائومێد نەبووم، من دەمەوێت ژیانم لەدەست نەدەم. من دەمەوێت چەندین ساڵی دیکە بژیم و بە زیندووی بمێنمەوە و چێژ وەرگرم، من دەمەوێت یەکەمین نیش کە دەیکەم ئەوە بێت کە ئەم دکتۆرەم بگۆڕم و بڕۆم بەشوێن دکتۆرێکی دیکە و شارەزایەکی دیکەدا، بۆ ئەوەی بتوانم هیوایەکی تازە بەدەست بهێنم.

دەرەئەنجام: (نائومێدی) خاڵی مەرگە. ئەو کاتەی کە مرۆڤ هیوای لەدەست دەدات ئیدی مەرگ بەرەو لای خۆی بانگ دەکات. گرنگترین شت لە ژیاندا ئەوەیە کە لەکاتی قەیران و تەنگانەکاندا هیوامان لەدەست نەدەین و بەو بیرکردنەوەوە سەیری ژیان بکەین کە هەمیشە ڕێگایەك هەیە بۆ ئاینده و هەمیشە دەبێت ئیمانمان هەبێت بە ڕێگا چارەکانی ژیان.

بۆ سەرکەوتن دەبێت سێ بنەمای سەرەکی هەیە ڕەچاو بکرێن:
یەکەم- لە ئیشەکەتدا تەرکیزت هەبێت.
دووەم-لە ئیشەکەتدا تەرکیزت هەبێت.
سێیەم- لەئیشەکەتدا تەرکیزت هەبێت.
(مەسعودی لەعلی)

٣- دارکونکەرە، پاڵەوانی تەرکیز

ئایا تاوەکو ئێستا دارکونکەرەت بینیوە! ئەو باڵندە بچوکە بەشێوەیەك کون ئەکاتە هەندێك لە داری گەورە و ڕەق کە ئەگەر تۆ بتەوێت ئەو کونە بکەیت بەتایبەتی بە ئامێری سادە ئەوا کارێکی زۆر قورس و گران دەبێت و پێویستی بە کاتی زۆر هەیە. لەکاتێکدا هێزی جەستەی تۆ لەکوێ، و هێزی جەستەی دارکونەکەرەیەك لەکوێ؟

کارکردنی پرسیار لە بواری فکردا دەتوانرێت بشوبهێنرێت یان بچوێنرێت بە دارکونەکەرەیەك.

قورسترین پرس و ئاڵۆزترین کێشە دەتوانرێت بکرێتە پرسیاری شیکاری و پارچە پارچە.

ئەگەر پرسیارێکی چ ئاڵۆز یان چ سادە وەکو یەك لەبەرچاو بگرین، پرسیارەکان وەکو نوکی دارکونکەرە ڕێگە بۆ چوونە ناو کێشەیەك یان جەستەی دارێك دەکاتەوە. کاتێك تۆ دەچیتە ناو پرسێکەوە، وەکو بڵێت ئاگاداری ناوەوەی. مەسەلەکە ئەوەیە تۆ تاوەکو پێشتر، تەنها ژورێکی تاریکت هەبوو کە بەهیچ شێوەیەك نەتدەزانی لەناویدا چییە و بەتەواوی لەناوی دەترسایت.

بەڵام ئێستا کاتێك کە ڕێگاکانی چوونە ناوەوە کراوەتەوە گوایا مۆمی بچوك لە چەند شوێنێکی ژوورەکەدا داگیرساون. کەواتە ناسینی تۆ لەناو ژوورەکەدا زیاتر بووە و ڕێك

بەو ڕادەیەی کە ڕوناکی لەناو ژوورەکەدا هەیە، ترسی تۆ لەناویدا کەمتر دەبێتەوە.
ترسی ئێمە لە نەناسراوەکانە، ئەگەر ناسراویت لە شتێك هەبێت هەرگیز ناترسیت.
دارکونەکەرەت لەبیر نەچێت. ئەم جۆرە نمونانە شێوەیەکی گونجاوە بۆ پەیداکردنی ڕێگاکانی چوونە ژوورەوە بۆ ناو پرسەکان. دارکونکەرە یەکجار بۆ هەمیشە نادات لەو خاڵەی کە مەبەستیەتی، بەڵکو بەردەوام نوکی لێ دەدات تاوەکو بە جوڵەیەکی ئارام کاری خۆی بکات.

چۆن مریشکێك لەسەر هێلکەکانی دادەنیشێت تاوەکو بینە جوجکە، ئەگەر تۆش لەسەر کێشەکان دابنیشیت، بێگومان دەرئەنجامێکت دەست دەکەوێت، کە بە ئاسانی دەتوانیت بەرهەمی کارکردنەکەت ببینیت.

(ڕەوشی دکتۆر ئەلمیر گیتس)

(ناپلیۆن هیل) نوسەری بەناوبانگ، باسی شێوەی یەکەمین ڕووبەڕووبوونەوەی خۆی لەگەڵ داهێنەری گەورە (دکتۆر ئەلمیر گیتس) دەکات:

خزمەتکارەکەی گیتس پێی وتم: (بەداخەوە، بەڵام..... ئیجازەی ئەوەم نیە کە لەم کاتەدا دکتۆر گیتس ئیزعاج بکەم)

ناپلیۆن هیل: (بە بۆچوونی تۆ چەند درێژە دەکێشێت تاوەکو چاوم پێی بکەوێت)

خزمەتکارەکەی وەڵامی دایەوە: (نازانم، لەوانەیە نزیکەی سێ کاتژمێر درێژە بکێشێت.)

دەکرێت پێم بڵێیت بۆچی ناتوانێت کاتی بگرم؟

ئەو سەبارەت بە مەسەلەی بۆچوونەکانی دانیشتووە.

پرسیم: (مانای ئەوەی کە بۆ بۆچوونەکان دانیشتووە چییە؟)

(لەوانەیە باشتربێت کە گیتس خۆی وەڵامی ئەم پرسیارە بداتەوە)

دەرەنجام، کاتێك کە گیتس هات بۆ ژووری چاوەڕوانیەکەی، بەگاڵتەوە ئەوەی کە سکرتێرەکەی پێی وتبووم پێم وتەوە. دکتۆر بە ڕوویەکی خۆشەوە وەڵامی دایەوە: (حەز دەکەیت بزانیت من بۆ شیکاری بۆچوونەکان لەکوێ دادەنیشم و چۆن بەشوێنیاندا دەڕۆم؟)

بە لایت بردمی بۆ ژوورێکی بچوك، کەلوپەلی ژوورەکە بریتی بوو لە مێزێکی سادە و کورسێك. لەسەر مێزەکە چەند کاغەزێك، و چەند قەڵەمێك و پلاکێك بۆ داگیرساندن و کوژاندنەوەی گڵۆپێك هەبوو.

لەکاتی چاوپێکەوتنەکەماندا گیتس ڕوونی کردەوە، کاتێك کە لەتوانایدا نەبوو وەڵامێك بۆ پرسیارێك پەیدا بکات، دەڕوات بۆ ئەو ژوورە، و دەرگاکە دادەخات، و دادەنیشێت و گڵۆپەکە دەکوژێنێتەوە و دەچێتە ناو حاڵەتی تەرکیزبوون و قوڵبوونەوەوە.

ئەو داوا لە بەشی ناخودئاگایی دەکات کە بۆ پرسە تایبەتیەکانی، هەرچی کە دەیەوێت، وەڵامی بداتەوە. هەندێکجار وابەرچاو ناکەوێت کە بۆچوونەکان دەست بکەون. و جاری واهەیە ماوەیەکی زۆری پێدەچێت تاوەکو وەڵامەکانی دەست دەکەوێت و هەندێکجاریش دوو کاتژمێری دەوێت تاوەکو دەتوانێت ڕێگایەك لە مێشکی دا بدۆزێتەوە. کاتێك کە بۆچوونەکان بە تەدریج شێوە دەگرن، گڵۆپەکە دادەگیرسێنێت و پاشان دەست دەکات بە نوسین.

دکتۆر ئەلمیر گیتس زیاتر لە ۲۰ داهێنانی تۆمار کردوە لەگەڵ کۆمەڵێکی زۆر لەو داهێنانانەی دیکە کە کۆمەڵێك لە فەیلەسوف و زاناکان سەرکەوتوو نەبوون لە تەواوکردنیان.

ڕەوشی کارکردنی بریتی بوو لە تاقیکردنەوە و بەکارهێنانی داهێنان و ڕۆڵەکانیان تاوەکو ئەو کاتەی کە لە کەموکوڕییەکانیان تێ دەگەیشت و ئینجا نوسخەیەك لە داواکاری و داهێنانە تۆمارکراوەکان و نەخشەکانی دەهێنا بۆ ژوورەکەی.

گیتس کاتێك بۆ بەدەستهێنانی بۆچوونەکان و وەڵامەکان لە خەڵوەتدا دادەنیشت، تەرکیزی خۆی چڕ دەکردەوە لەسەر بەدەستهێنانی وەڵامێکی تایبەتی بۆ ئەو پرسەی کە لەمێشکیدا بوو.

ڕۆژانە لە دەوروبەرماندا بە هەزاران سێو دەکەونە سەر زەوی بەڵام ئەوەی کە بوونی نیە تێڕوانینی نیوتنی یە.
(ستراتیژی کاریگەربەخش)

٤- قەڵەمەکانی ناسا

کاتێك کە ناسا بەرنامەی ناردنی گەردووناسەکانی دەست پێ کرد، ڕووبەڕووی کێشەیەکی بچوك بوویەوە.

ئەوان زانیان کە قەڵەمەکان لە فەزا دا بە بێ هێزی ڕاکێشان ئیش ناکەن.

لەڕاستی دا مەرەکەبی ناو قەڵەمەکە بەهۆی نەبوونی هێزی ڕاکێشانەوە بەرەو خوارەوە نە دەڕۆیشت و نە دەڕژایە سەر کاغەزەکە.

بۆ چارەسەرکردنی ئەم کێشەیە ئەوان کۆمپانیای ڕاوێژکاری ئەندەرسۆنیان هەڵبژارد.

لێکۆڵینەوەکان زیاتر لە دە ساڵ درێژەیان کێشا، ١٢ ملیۆن دۆلار تەرخان کرا لە کۆتاییدا قەڵەمێك داهێنرا کە لە دەتوانرا لە شوێنێکدا کە هێزی ڕاکێشانی زەوی تێدا نەبێت بنوسێت. لە ژێر ئاو ئیشی دەکرد. لەسەر هەر شتێك تەنانەت کریستالیش دەینوسی و لە ژێر پلەی سفر تاوەکو ٣٠٠ پلەی خوار سەدیش هەر ئیشی دەکرد.

بەڵام ڕوسەکان ڕێگا چارەیەکی سادەتریان هەبوو ئەوان سودیان لە قەڵەم ڕەساس وەرگرت.

هەمیشە باشترین ڕێگاکان دەبینین بۆ ڕۆیشتن بە ناویاندا، بەلاّم تەنها ئەو ڕێگایانە دەکوتین و دەچین پێیاندا کە ڕاهاتووین و خوومان پێوە گرتوون.

(پانولوکۆنیلۆ)

(دوگمە یان قۆپچە)

دەڵێن چەندین ساڵ لەمەوبەر لە ڕۆژێکی سارد دا، کاتێك کە شاژنی بەریتانیا لە پەنجەرەی کۆشکەکەیەوە سەیری دەرەوەی دەکرد، سەیری کرد بەشێك لە سەربازە پارێزەرەکانی کۆشك، ناوی لوتیان کە لە سەرماندا هاتووەتە خوارەوە بەسەر قۆڵەکانیان پاك دەکەنەوە.

ئینجا شاژن فەرمانی دا کە هەموو جلێکی سەربازی دەبێت قۆپچەیەك بلکێنن بەسەر قۆڵەکەیدا بۆ ئەوەی کاتێك ناوی لوتیان هات بە قۆڵەکەیان نەیسڕن، بۆیە ئەم فەرمانە بەرە بەرە بووە بەشێك لە نەرێتە سەربازییەکان و ئێستا دەبێت هەموو جلێکی سەربازی قۆپچەیەك یان دوگمەیەکی پێوە بێت.

لەم سالاّنەی دواییدا لە ئەمریکا بڕیاردرا هەرکەس بتوانێت کارێك بکات بۆ ئەوەی تێچوونە سەربازییەکان کەم بکرێنەوە ئەوا پاداشتێکی باش دەکرێت. خەیاتێك پێشنیاری ئەوەی کرد کە ئەو قۆپچەیە لەسەر ئەو قۆلاّنە لابرێت، بۆیە پێشنیارەکەی قبوڵ کراو و خەلاّتێکی باشی وەرگرت چونکە تێچونێکی زۆری دەگەڕاندەوە.

دەرئەنجام: زۆرێك لە ڕێگاکان وتواناکان لە ڕابردوودا بەهۆی هۆکارێکەوە دروست بوون، بەلاّم پاش تێپەڕبوونی کات لەبەر ئەوەی کە هۆکاری سەرەکی دروستبوونی ئەو ڕێگایانە لەناوچووە، کەچی جاری واهەیە بەردەوام ئەو ڕەوشە و

دەرەئەنجامانە بەکار دەهێنرێنەوە و بەردەوامیان پێ دەدەرێت، بۆیە سود وەرگرتن و بەکارهێنانی ئەو ڕێگایانە بەهۆی کاریگەری دووبارەبوونیانەوە بووەتە عادەت و نەریت.

عادەت و خو دوژمنی داهێنانە. کاریگەرترین ڕێگای دروست بوون و داهێنان، ڕزگاربوونە لە داوی خو و شکاندنی عادەت و نەریت.

کاتێك شتێك زۆر نزیك بوو لـە چـاومانەوە نـاتوانین
بەباشی بیبینین دەبێت بۆ بنینی دووری بخەینـەوە

(من قاچاخچیم)

مەلای مەشهورە زۆرجار بە کەرەکەیەوە لەسـەر سـنوری ئێـران و عێـراق خـەریکی هاتووچۆ بوو، و هەر کاتێك لە سنورەوە تێپەڕ ببوایە، لەگـەڵ خۆیـدا پاکـەتێك بـەردی بەنرخ یان دەرمانی پزیشکی کە ڕێگا پێدراو بوو لەگەڵ خۆیدا دەبرد.

ڕۆژێك، یەکێك لە پاسەوانەکانی سەر سنور لەبارەی ئیشەکەی مەلاوە پرسیاری کرد، مەلا وەڵامی دایەوە: (من قاچاخچیم) پاسەوان دەستی کرد بە تەفتیش کردنی ، کەچـی هیچی نەدۆزیەوە.

مەلا لە هەموو سەفەرێکدا دەوڵەمەندتر دەبوو لە جاری پێشوو، پاسەوانیش هـەموو جارێك گوماناوی تر دەبوو بەڵام هەرگیز نەیدەوانی هیچ شتێکی پێ بدۆزێتەوە.

دەرەئەنجام ڕۆژێك ئیدی مەلا خانەنشین بـوو لـە ئیشـەکەی. ڕۆژێکیـان پاسـەوانەکە مەلای بینیەوە و لێی پرسی:

(مەلا ئەمڕۆ ئیـدی تـۆ وازت هێنـاوە و خانەنشـین بوویـت و ئیـدی منـیش نـاتوانم دەستبەسەرت بکەم. بێزەحمەت پێم بڵێ تۆ خەریکی چی بـووی ئەوەنـدە دەوڵەمەنـدیش بوویت و کەچی نەمانتوانی هیچت پێ بدۆزمەوە؟)

مەلاش وەڵامی دایەوە: ئەو شتەی کە من قاچاخیم پێوە دەکرد کەرەکەم بوو.

تاوەکو شتێك بە جیاواز نەبینی ناتوانیت
کارێکی جیاواز ئەنجام بدەیت.

(پرسیار)

ئەم پرسیارە لەلایەن بیرکاریناس دۆگلاس هۆفشتاترەوە کرا. باوکێك لەگەڵ کوڕەکەی بە سەیارەی خۆیان دەڕۆن بۆ ساحەیەك بۆ یاری کردن. دەگەن بە هێڵێکی شەمەندەفەر و دەیانەوێت بەسەریدا تێپەڕن. بەڵام لەناوەڕاستی هێڵەکەدا سەیارەکە دەکوژێتەوە، باوکەکە بە بیستنی دەنگی شەمەندەفەرەکە هەوڵ دەدات بەشێوەیەکی نائومێدانە سەیارەکە دەربکات. بەڵام شەمەندەفەرەکە دەدات لە سەیارەکە و باوکەکە لەناو سەیارەکەدا دەکوژێت، بەڵام کوڕەکەی دەمێنێت و بۆ نەشتەرگەری مێشکی دەیبەن بۆ نەخۆشخانە.

کاتێك پزیشك دەچێتە ژووری عەمەلیات دەڵێت: (من ناتوانم ئەو کوڕە نەشتەرگەری بکەم، چونکە ئەوە کوڕی منە.) پرسیارەکە ئەمەیە چۆن شتی وا دەبێت؟ پێش ئەوەی سەیری وەڵامەکەی بکەی کە بەشێوەیەکی پێچەوانە نوسراوە، چەند ساتێك بیری لێ بکەرەوە.

وویەکەڕوك یکیاد رەگرەتشەن یکشیزپ

(منداڵەكان، پاڵەوانی داهێنان)

لە ساڵانی جەنگی جیهانی دووەم، کەسێك بەناوی (ئەدوین لەند) خەریکی وێنەگرتنی کچە بچوکەکەی بوو. لە پڕێکدا کچەکەی پرسی:

(بۆچی دەبێت بۆ بینینی هەرکەسێك، ئەوەندە چاوەڕوان بیت.)

ئەم پرسیارە سادە و ساکارە، تەنانەت نا مەعقولەی کچەکە، سەرنجی باوکی ڕاکێشا.

لەند کە حەزێکی زۆری هەبوو بۆ وێنە گرتن و لێکۆڵینەوەشی هەبوو لەو زەمینەیەدا، بەهۆی پرسیارە سادەکەی کچەکەیەوە چووە ناو قوڵایی بیرکردنەوەوە.

ئەو وابیری کردەوە کە ئەگەر کەسێك قاتێك، سەیارەیەك یان هەرشتێکی دیکە بکڕێت، ڕاستەوخۆ دەتوانێت سودی لێ وەربگرێت، باشە بۆچی دەبێت وێنەگر لەم ڕێسایە بەدەر بێت؟ بۆچی دەبێت چەندین هەفتە چاوەڕوانی دەرکردنی فلیمەکە و چاپکردنی وێنەکە بین؟ ئایا ئەو ئەگەرە هەیە کە لە بری بردنی فلیمەکان بۆ ژووری موختەبەرەکان و تەرخانکردنی چەندین کاتژمێر، تاوەکو چاپ بکرێن، ئایا ناکرێت لەناو فەزایەکی داخراو و لەماوەی چەند چرکەیەکدا دەربکرێن؟

هاوڕێکانی ئەم زانا گەنجە، کارێکی لەم شێوەیان بە نامومکین دەزانی. شەش مانگ پاش پرسیارە زیرەکانەکەی کچەکەی ئەو پرسیارە بەشێوەیەکی پراکتیکی حەل کرا و لە ٢٦ نۆڤەمبەری ١٩٤٨، یەکەمین کامێرای پۆلارڤیدی شەست چرکەیی، لە شاری بۆستن هاتە بازاڕەوە.

خەڵکی بۆ کڕینی ئەو کامێرەیە لەبەردەم دوکانەکاندا کۆدەبوونەوە و هەرکاتێك فرۆشگاکان دەکرانەوە هێرشیان دەبردە ناو دووکانەکەوە بۆ کڕینی.

دەرەئەنجامی بیری منداڵێك بووە هۆی داهێنانی کامێری پۆلارڤید، مێشکی پاك و ساف کە هێشتا تەپوتۆزی دەمارگیری و باوەڕە بێ ماناکانی نەگرتووە، هەموو شتێك بە سافی و بە ڕوونی دەبینێت.

٥

هیچ کاتێك ڕۆژگارە سەخت و دژوارەکان بەردەوام نابن، بەڵام مرۆڤە سەخت و دامەزراوەکان بۆچی

من باوەڕم وایە کە ژیان هەمیشە پێداگیری و جێگیری و
دامەزراویی ئێمە تاقی دەکاتەوە، گەورەترین پاداشتەکانی
ژیان پەیوەستە بەو کەسانەی کە بۆ گەیشتن بە خواستەکانیان
هەرگیز لە هەوڵەکانیان ناوەستن و
لە هیچ هەوڵێکیش پاشەکشێ ناکەن.
ئەو کەسانە دەتوانن شاخەکان بگوازنەوە. لەوانیە
بە سادە بەرچاو بکەوێت، بەڵام ئەمە هەمان ئەو جیاوازیەیە
کە لە نێوان دوو کۆمەڵە کەسدا هەیە.
ئەو کەسانەی کە ژیانێکی خەیاڵی و جوانیان هەیە و ئەو
کەسانەی کە ژیانیان لەناو ئاه و حەسرەت و خەیاڵدایە.

(ئەنتۆنی رابینز)

تاکەی وەکو بێچوی شەمشەمە کوێرە لەناو وێرانەکاندا بین
ئێمە دەتوانین بە بەردی ڕووداوەکان خانوو بسازێنین.

(ڕێگری)

لەسەردەمە کۆنەکان، پاشایەك تاشە بەردێکی لە ناوەڕاستی ڕێگەیەك دا دانا، بۆ ئەوەی بزانێت خەڵکی چ کاردانەوەیەکیان هەیە، لە شوێنێك خۆی شاردەوە و بەدزیەوە سەیری خەڵکی دەکرد.

هەندێك لە بازرگانەکان و پیاوە گەورەکان بەبێ گوێدان بە تاشە بەردەکەی سەر ڕێگاکە بەلایدا تێ دەپەڕین، کۆمەڵێکی دیکەش دەیان وت ئەمە چ شارێکە هیچ ڕێسا و ڕێکخستنێکی تێدانیە و دەسەڵاتداری ئەم شارە کەسێکی زۆر بێ سەروبەرە لەگەڵ ئەو گلەی و گازندەیەشدا ئامادەنە بوون بەردەکە لابەن لەسەر ڕێگەکە.

نزیك ئێوارە گوندنشینێك کە کۆڵێك میوە و سەوزەی پێ بوو، نزیك بوویەوە لە بەردەکە. بارەکەی لەسەر زەوی دانا و بە هەموو توانایەکییەوە هەوڵیدا تاوەکو بەردەکە لاببات لەسەر ڕێگەکە، بۆیە پاش هەوڵێکی زۆر توانی بەردەکە لاببات.

بینی کیسەیەك لەژێر تاشە بەردەکەدایە، لەناو کیسەکەدا چەند لیرەیەکی ئاڵتونی تێدایە، لەگەڵ نوسراوێکی کورتدا، کە نوسرا بوو:

هەر ڕێگری و بەربەستێك دەتوانێت چانسێك بێت بۆ گۆڕانی ژیان.

دەرئەنجام: لە شوێنێك خوێندمەوە کە: (ئەو بەردەی کە دەبێتە ڕێگر و بەرەبەست لەبەردەم کەسانی لاواز و دەستەپاچەدا، لە ڕێگەی مرۆڤە بەهێزەکان و خاوەن ئیرادەکاندا دەبێت بە پلەیەکی زۆر باش بۆ باشتر سەرکەوتن و زیاتر بەرزبوونەوە.)

ئەوەی لە بابەتەکانی دواتردا بەرچاو دەکەوێت باسی کۆمەڵێك لەو کەسانە دەکات کە توانیویانە ڕێگرییەکان و بەربەستەکانی بەردەمیان بکەنە هەلێکی گەورە بۆ گەشە کردن و بەرزبوونەوەیان.

سەرکەوتن دەرەئەنجامی، من (دەتوانم)ە

سالآنێکی زۆر پێش ئێستا کچێك لەناو کوخێکی بچوك و دوور لە شار، لە ناو خێزانێکی هەژاردا لەدایك بوو. لەدایکبوونەکەشی زووتر لە کاتی دیاری کراوی خۆی بوو، مندالێکی زوورەس بوو، لاواز و باریك. هەموو کەس گومانی هەبوو کە ئەو کچە بە زیندووی بمێنێتەوە.

کاتێك تەمەنی بوو بە چوار سالّ توشی نەخۆشی هەناسە توندی و چەند نەخۆشیێکی دیکە بوو. دواتر نەخۆشیێکی ترسناکیشی توش بوو پێی چەپی لە نیش خست و فەلەج بوو. بەلاّم ئەو چانسی باشی هەبوو. چونکە دایکێکی هەبوو کە بەردەوام هانی دەدا.

دایکی پێی وت: (سەرەڕای ئەوەی کە قاچت تەواو نیە و فەلەجی، بەلاّم هەر شتێك کە بتەوێت لە ژیانتدا بەدەستی بهێنیت ئەتوانیت ئەنجامی بدەیت. تەنها شتێك کە پێویستت پێیەتی: ئیمانە، بەردەوامی کار، جورئەت و رۆحێکی سەرسەختانە و بەرگریکارانەیە.

بەم شێوەیە لە تەمەنی نۆ سالّی دا ئەو کچە بچوکە دار شەقەکانی لابرد و بە پێچەوانەی دکتۆرەکانەوە کە دەیانوت بەهیچ شێوەیەك ناتوانێت بەشێوەیەکی سروشتی بڕوات بە رێگادا، رۆیشت بە رێگادا و چوار سالّ دواتریش توانی بە ئاسانی و بەبێ هیچ کێشەیەك هەنگاوی گەورە و بەهێز بنێت و ئەمەش خۆی وەکو موعجیزە بوو.

ئەو ئارەزوویەکی باوەڕپێنەکراوی هەبوو، حەزی دەکرد ببێتە گەورەترین ڕاکەری جیهان، بەلاّم بۆ پێیەکانی ئەم کەسە دەبێت ئەم ئارەزووە چ ئارەزوویەك بێت.

لە تەمەنی ١٣ سالّی لە پێشبرکێیەکدا بەشداری کرد و دواهەمین کەس بوو.

لە هەموو پێشبڕکێیەکانی قوتابخانەدا بەشداری دەکرد و لەو پێشبڕکێیانەشدا هەر کۆتا کەس بوو. هەموو کەس داوایان لێ دەکرد کە واز بێنێت لەو ئیشە. بەلاّم ڕۆژێک گەیشت کە توانی ببێتە پالّەوان.

لەوە بە دوا (ڤیلما) لە هەر پێشبڕکێیەکدا بەشداری بکردایە دەبووە یەکەم.

لەسالّی ١٩٦٠ ڤیلما ڕۆیشت بۆ بەشداری کردنی یاریەکانی ئۆلۆمپیات و لەوێ لەبەرامبەر یەکەمین ڕاکەری ژنی دنیا کە کچێکی ئەلّمانی بوو وەستا، تاوەکو ئەوکاتە هیچکەس نەیتوانی بوو لەو کچە بباتەوە. بەلاّم ڤیلما سەرکەوت و لە ڕاکردنێکی ١٠٠ مەتری و ٢٠ مەتری و ٤٠٠ مەتریدا توانی سێ مەدالیای ئۆلۆمپیات بەدەست بهێنێت.

ئەو ڕۆژە یەکەمین ژن بوو کە توانی لە یەک قۆناغی ئۆلۆمپیاتدا سێ مەدالیای ئالّتون بەدەست بهێنێت، لەکاتێکدا پێیان وتبوو، تۆ بەهیچ شێوەیەک ناتوانیت بچیت بەڕێگاشدا.

> **ناتوانم ئەوە قبولّ بکەم کە کەسێک ئەوەندە هۆشیار بێت کە بلّێت چ شتێک مومکینە و چ شتێک نامومکینە.**
>
> **(هێنری فۆرد)**

گوڵی سور مەزهەری ژیانە. دڕکەکانی دەرخەری ڕێگای ئەزموونن، ئەو تاقیکردنەوە و زەحمەتانەی کە هەریەکەمان دەیکێشین بۆ تێگەیشتنی جوانی ئەو ڕاستیەیە کە دەبێت تەحەمولی بکەین و ئەزموونی بکەین.

(مارک فیشەر)

(چیرۆکی ژیانی لویز هی)

کچێکی هەژدە مانگ بووم، باوك و دایکم لەیەك جیابوونەوە، پاشان دایکم شوی کرد بە پیاوێکی دیکە تاوەکو بتوانیت ئێمە بژین و بێ سەرپەرشتی نەبین.

بەهەرحاڵ ئەم پیاوە لە ئەوروپا بەشێوەیەکی زۆر ئەڵمانی و توندوتیژ گەورە بووبوو، و جگە لە دڕندەیی هیچ شتێکی دیکەی بۆ بەڕێوەبردنی خێزان نەدەزانی. هەر ئەو کاتە بوو کە دراوسێکی پیری کرێچی، دەستدرێژی کردە سەرم. کابرا بە پانزە ساڵ مەحکوم کرا و هەموو کەس پێیان دەوتم (خەتای خۆت بوو).

زۆربەی منداڵیم بە ئازار و سود وەرگرتن لە جەستە و جنس و ئازار و ئەشکەنجە بەردە سەر. ئەو وێنایەی کە لەخۆم هەبوو ئەوەندە بێ مانا و سوك بوو کە وادەردەکەوت ناتوانرێت هیچ شتێك بکرێت. کاتێك تەمەنم بوو بە پانزە ساڵ نەمتوانی تەحەمولی ئازارە جنسییەکان بکەم، بۆیە لە ماڵ و قوتابخانە هەڵهاتم. ئیشێکم وەکو شاگرد لە ریستۆرانێکدا دۆزیەوە، زۆر ئاسانتر بوو لەو ئیشەی لە ماڵەوە دەم کرد.

من بەهۆی تینوی عەشق و خۆشەویستییەوە، بە کەمترین هەست سەبارەت بە خۆم، زۆر ئارەزوومەندانە جەستەم دەخستە بەردەم هەرکەسێك کە وابەرچاو بکەوتایە کە میهرەبان و باشە. ڕێك ڕۆژێك پاش یادی جەژنی لەدایکبوونی ١٦ ساڵیم، کچێکم بوو.

پاش چەندین ساڵ لەئیش و کاری کەم بایەخ و بێ مانا لە شیکاگۆ، بڕیارمادا بەرەو نیۆیۆرك بڕۆم و سەفەر بکەم، لەوێ تـوانیم ببمـە نمایشـکار. چـەندین سـاڵ لـە کـاری نمایشکاری ئیشم کرد. کابرایەکی بەریتانی خوێندەوار و زۆر چاکم ناسـی و هاوسـەرگیرم لەگەڵدا کرد.

ڕۆژێکیان، پاش چواردە ساڵ لە ژیانی ژن و پیاوی، پیاوەکەم وتی دەمەوێـت لەگـەڵ ژنێکی دیکەدا هاوسەرگیری بکەم، ئەمە ئەو کاتە بوو کە خەریك بـوو بـەرە بـەرە ئـەو باوەڕەم لەلا دروست دەبوو کە شتە باشەکان دەتوانن بەردەوامیان هەبێت.

ڕۆژێك پاش ئەو ڕووداوە تاڵە، بـە ڕێکـەوت ڕۆشـتم بـۆ یـەکێك لـە دانیشـتنەکانی کەنیسەیەك. لەوێ کە پەیامەکەیان بەتەواوەتی تازە بوو بـۆم، دەنگێـك لـە دەروونمـەوە وتی: (سەرنج بدە!) منیش سـەرنجم دا. حـەزم بـۆ مۆدێـل و جـوانیی ڕۆژ بـە ڕۆژ کـەم دەبوویەوە.

لەکاتی گەڕانەوەم بۆ نیۆیۆرك ژیانم بەدەست هێنایەوە. ئەوەندەی نـەبرد چـوومە نـاو بەرنامە پەروەردەییەکانی قەشەکانەوە. لە ناو کەنیسـە و کاروبـاری کۆمەڵایەتیـدا زۆر چالاك بووم. دەستم کرد بە وتاردان لە دانیشتنە ئاینی و دینیەکاندا. زۆر بە خێرای، ئەم کارە بوو بە ئیشێکی تەواوەتیم.

دەرەئەنجامی کارەکەم بەرهەمێکی کتێبێك بوو بەناوی (شفای جەستە). ڕۆژێکیان لە نەخۆشخانە پێیان وتم توشی شێرەپەنجە بوویت. وەکو هەرکەسێکی دیکە کە پێی دەڵێن توشی شێرەپەنجە بوویت توشـی بێتاقـەتی و نیگـەرانێکی زۆر بـووم. لەگـەڵ ئەوەشـدا، بەهۆی ئەو ئەزموونەی ئیشکردنم لەکاتی دانیشتنەکاندا، دەمزانی کە شفای زهنـی زۆر کاریگەرە و ئێستا، ئەو هەلەم پێدراوە تاوەکو ئەوە بۆ خۆم بسەلمێنم.

هـەروەها بـاوەڕم وابـوو ئەگـەر بتـوانم ئـەم گەلاڵـە زهنییـە کـە ئـەم شـێرەپەنجەی دروستکردبوو، پاك بکەمەوە، تەنانەت پێویستیشم بە نەشتەرگەری نابێـت. بۆیـە داوای

کاتم کرد. کاتێك که وتم به پزیشکەکان پارەی پێویستم نیه بۆ نەشتەرگەری، ئەوانیش سێ مانگ مۆڵەتیان پێدام.

بەهەرحاڵ نەشتەرگەریم نەکرد و به بیروباوەڕی تەواوەتی پاڵفتەی زهنی و جەستەیی، شەش مانگ پاش دیاریکردنی شێرەپەنجەکە پزیشکەکەم پێی وتم بچوکترین شێرەپەنجە لە جەستەدا نەماوە! ئێستا بەهۆی ئەزمونی شەخسی خۆمەوە دەمزانی کە ئەگەر حەزم لە گۆڕینی شێوەی بیرکردنەوە و بیروباوەڕ و کرداری خۆم بێت، بە ئاسانی دەمتوانی زاڵببم بەسەر نەخۆشیەکەدا!

زۆرجار ئەو شتەی کە لە ژیانماندا بە کارەسات و مەینەتێکی گەورە دەزانرێت، بە گەورەترین خێر و چاکە تەواو دەبێت. لەم ئەزموونە چەندە شتی زۆر فێربووم و چۆن توانیم بەشێوەیەکی تازە ڕێز لە ژیان بگرم.

موعجیزە بۆ کەسانێك ڕوودەدات کە ئیمانیان پێی هەبێت.

بێرنارد شۆ

(دەبێت بە ئاوی ئاڵتون
هەڵبژاردەیەك لە وتەکانی "لوییز هی" بنوسرێت)

باوەڕم وایە کاتێك کە بیرۆکەیەك بە مێشکماندا دێت یان وشەیەك و ڕستەیەك دەڵێین، هێزەکەی بەپێی یاسای عەقڵ و زهن دووبارە بەرەو ئێمە دەگەڕێتەوە و ئێمە ئەزموونی دەکەین.

– ئارەزووی قوڵی من ئەوەیە کە بابەتی (چۆنیەتی شێوەی کاری ئەندێشەکان) پێویستە یەکەمین بابەت بێت کە دەبێت لە قوتابخانەکاندا بخوێنرێت.

– زۆر بەکەمی کێشە، کێشەیەکی ڕاستییە.

– کێشەی مرۆڤ هەرچییێك بێت لە شێوە یان لە قاڵبی فکرییەوە سەرچاوە دەگرێت، بۆیە شێوەکان و قاڵبەکان دەتوانرێت بگۆڕدرێن.

– ئەگەر ئەو بیرۆکە و ئەندێشانە هەڵبژێرین کە کێشە و زەحمەت دروست دەکەن، زۆر بێ عەقلانەیە، وەکو هەڵبژاردنی خواردنێك کە هیچ کاتێك بە مەزاجی تۆ نەگونجێت و نەخۆشت بخات. لەوانەیە یەك یان دووجار، خواردنی ناڕاست هەڵبژێریت، بۆیە ئەگەر تێگەیشتیت کە چ خواردنێك نارەحەتت دەکات، ئیدی دەمی پێوە نادەیت. ئەندێشەکانیش بەو شێوەیەن. وەرە ئەو ئەندێشە و بیرکردنەوانەی کە دەبنە مایەی ئازار و سەختی و دژواری دووریان بخەرەوە و فڕێیان بدە.

– ئەگەر دەتەوێت بڕۆیت بۆ ژوورێکی دیکە، دەبێت لە شوێنی خۆت هەستیتەوە و هەنگاو بەهەنگاو بۆی بڕۆی. ئەگەر لە شوێنی خۆت دابنیشیت و بتەوێت بە خەیاڵ لە ژوورێکی دیکەدا بیت، هەرگیز هیچشتێك دروست نابێت و ناتوانیت بچوکترین گۆڕانکاری بکەیت.

- هەموومان دەمانەوێت کێشەکانمان چارەسەر بکەین، بەڵام نامانەوێت بیر لەو شتە لاوەکیانە بکەینەوە کە دەبنە هۆی چارەسەرکردنی کێشەکانمان.

- ئێمە لە کەسایەتیمان، کێشەکانمان، ترسەکانمان و نەخۆشیەکانمان گەورەترین. ئێمە فراوانترین لە جەستەی خۆمان. هەموومان لەگەڵ یەکتر و بەیەکەوە پەیوەندێکی زۆرمان هەیە. ڕۆح، وزە، ڕووناکی، تیشك، عەشق و خۆشەویستی، خودی ئێمەین و هەموو ئێمە ئەو هێز و تواناییەمان هەیە کە مانایەك ببەخشین بە ئامانج و خەون و هیواکانمان.

- ژیان سەفەرێکە بۆ دۆزینەوە و کەشف کردنی لێهاتوییەکان و داهێنانە شاراوەکان و خۆناسینەکان.

- من ئەو دەزانم کە هێزێکی لەبن نەهاتووی بەهێزی خودایی لەناو بوونی ئێمەدا هەیە، هەر وەکو چۆن نەستێرە و مانگ و خۆر و گەردوون هەموو لەلای خودای گەورە شوێنێکی تایبەتیان هەیە، گومانم نیە ئێمەش لەلای خودای گەورە شوێنێکی تایبەتی و گەورەمان هەیە.

- مەینەتی و ڕووداوێکی خراپ دەتوانێت بگۆڕدرێت بۆ گەورەترین و باشترین چاکە لە چارەسەرکردنی کێشەکاندا، بەمەرجێك بتوانیت لەگەڵ ئەو ڕووداوانەدا بەشێوەیەکی تەواو و ڕاست هەڵسوکەوت بکەیت.

- دەکرێت هەموو ئەو شتەی لەناو کەسێکدا هەیە لەناو تۆشدا هەبێت، بۆیە دەکرێت تۆش وەکو خەڵکی بیت و بتوانیت ئەوە بەدەست بهێنیت کە ئەوان بەدەستیان هێناوە.

- لەبەر بێ کەسی هەمووکەس قبوڵ نەکەیت. پێوەرەکانی خۆت دیاری بکە، چۆن دەتەوێت عەشق بەرەو لای خۆت بانگ بکەیت؟ ئەو تایبەتیانەی کە بەڕاستی لەبارەی پەیوەندی بە بەدەستهێنانی عەشقەوە بەکاریان دەهێنیت، لیستێکی لێ ئامادە بکە. ئەو تایبەتمەندیانە لەناوخۆتدا پەرەودردە بکە، تاوەکو کەسێك بەرەو لای خۆت ڕابکێشیت کە خاوەنی ئەو تایبەتمەندیانە بێت کە تۆ دەتەوێت و مەبەستە.

لێهاتوویـــی لە ســــەرکــەوتندا بریتییە لــە ئەنجامدانی هەوڵێکی زیاتری تۆ لە کارێکدا کـە لەدەسـتت دێـت و دەتوانیت ئەنجامی بدەیت

(لانگ فیلو)

(چیرۆکی ژیانی برایان تریسی)

من لە سەرەتای ژیانم جگە لە مێشـکێکی پرسـیارکەر و موشـە موشـکەر، هـیچ شتێکی دیکەم نەبوو. لە قوتابخانە سەعیم نەدەکرد و خوێندکارێکی تەمـەڵ بـووم و لـە کۆتاییشدا قوتابخانەم تەرك کرد. چەندین ساڵ خەریکی ئـیش و قـورس و دژوار بـووم و هیچ ئایندەیەکی هیوابەخشم لە بەردەم خۆمدا نەدەبینی.

لەگەنجی دا لە کەشتێکی بارهەڵگردا ئیشێکم دۆزیەوە و ڕۆیشتم تاوەکو دنیا ببیـنم. بۆ ماوەی هەشت ساڵ سەفرم کرد، ئیشم کرد و دیسانەوە سەفەرم کرد تاوەکو دەرەئەنجام توانیم زیاتر لە ٨٠ وڵاتی دنیا لە هەر پێنج کیشوەرەکەدا بگەڕێم.

کاتێك ئیدی نەمتوانی ئیشێکی باش بدۆزمەوە، دەسـتم کـرد بـە فرۆشـتنی ئیشـی دەستی لە کۆڵانەکاندا و بەو قازانجە کەمەی کە دەسـتم دەکـەوت دەمتـوانی ژیـانی خـۆم بگوزەرێنم. ماوەیەکی زۆر هەموو جۆرە کەلوپەلێکم دەفرۆشت تاوەکو ڕۆژێکیان سەیری دەوروبەرم کرد و لەخۆم پرسی، باشە بۆچی دەبێـت خەڵکی دیکە لە مـن سـەرکەوتووتر بن؟

ئەو کاتە بوو ئیدی دەستم برد بۆ ئیشێك کە سەرلەبەری ژیانی گۆڕیم.

ڕۆیشتم بۆ لای فرۆشیاره سەرکەتووەکان و پێم وتن چۆن ئیش دەکەن، گوێم لە ئامۆژگاریەکانیان گرت و دەستم کرد بە فرۆشتنی کالاکان. دەرەئەنجام ئەوەندە سەرکەوتم تاوەکو بووم بە بەڕێوەبەرێکی سەرکەوتووی فرۆشتن.

لە کاری بەڕێوەبردنی فرۆشتنیشدا لە هەمان ستراتیژی بەڕێوەبەرە سەرکەوتووەکان سودم وەردەگرت. تاوەکو فێربووم منیش ئەو کارانەم دەکرد کە بەڕێوەبەرە سەرکەوتووەکان دەیانکرد.

ئەم ڕەوشی فێربوون و بەکارهێنانەی ئەوەی کە فێری بووم، ژیانی گۆڕیم. هێشتا تاوەکو ئێستاش پێم سەیرە کە ئەم کارە بۆچی ئەوەندە سادە و ئاسانە.

تەنها ئەوەندە بەسە کە فێری ئەوە ببیت بزانیت خەڵکی سەرکەوتوو چۆن ئیش دەکەن و چی دەکەن ئەو کاتە خۆشت ئەو کارانە ئەنجام بدە کە ئەوان دەیکەن بۆ ئەوەی بگەیتە بە هەمان دەرەئەنجام.

بەڕاستی چ بیرۆکەیەکی باشە.

بابەتەکە زۆر سادەیە: هەندێك کەس باشتر لە خەڵکی ئیش دەکەن چونکە کارێکی تایبەتی بە فرۆشتنێکی جیاواز ئەنجام دەدەن. لە ڕاستیدا کاری ڕاست بە ڕەوشی ڕاست ئەنجام دەدەن. بەتایبەتی کاتێك ئەو کەسانە بەشێوەیەکی زۆر باشتر سود لە کاتەکانیان وەردەگرن.

پێشتر لە بەر ئەو ئەزمونە ناسەرکەوتووانەی کە لە ژیانمدا هەبوون جۆرێك لە هەستێکی لاوازی و نەبونی کارایی لەناومدا شێوەی گرتبوو. لەناو ئەم وەسوەسە زهنیەدا گیرم خواردبوو، وا بیرم دەکردەوە، ئەو کەسانەی کە باشتر لە من کار دەکەن، بەڕاستی باشترن لە من. ئەوەی کە فێری بووم ئەوەیە کە ئەم بیرە بەتەواوی ڕاست نیە. ئەوان تەنها کارەکانیان بە ڕەوشێکی دیکە ئەنجام دەدەن و لەڕووی لۆژیکییەوە ئەوەی کە ئەوان فێری بووبوون، منیش دەمتوانی فێری ببم.

ئەمە بۆ من لە ئاستی دۆزینەوەیەکدا بوو، بەم دۆزینەوەیەش خۆشحاڵ بووم.

(تێگەیشتم کە دەتوانم ژیانی خۆم بگۆڕم و دەتوانم تارادەیەك بگەمە هەر دەرەنجامێك کە بۆ خۆمی دیاری بکەم، بەمەرجێك بزانم و ببینم ئەوانەی کە لەم زەمینەیەدا سەرکەوتوون چی دەکەن و پاشان خۆشم هەمان ئیش ئەنجام بدەم، تاوەکو لە کۆتاییدا بگەمە ئەو دەرەنجامەی کە ئەوانی پێگەیشتوون.

لە ماوەی زیاتر لە ساڵێك پاش دەستپێکردنی کارەکەم لە زەمینەی فرۆشتندا گۆڕام بۆ فرۆشیارێکی پلە یەك. ساڵێك پاش ئەوەی کە چوومە ناو بواری بەڕێوەبردنەوە توانیم ببم بە بەڕێوەبەری نەود و پێنج کەس کە هەریەکەیان.بەڕێوەبەری نوێنەری فرۆشتن بوون لە شەش وڵاتی جیاوازدا.

کلیلی بەدەستهێنانی سەرکەوتنی گەورە،ڕێز، پلە و خۆشبەختی و سەرکەوتن لە ژیاندا ئەوەیە کە بتوانیت مێشکت بە تەواوی چڕ بکەیتەوە لەسەر گرنگترین ئیش یان ئەو ئامانجەی کە کاری بۆ دەکەیت، تاوەکو ئەو کارە بە ڕاستی ئەنجام نەدەیت، و نەیگەیەنیتە دەرەنجام نابێت دەستی لێ هەڵگریت.

لە ماوەی چەند ساڵێکدا لە ٢٢ پسپۆڕی جیاوازدا ئیشم دەکرد، چەندین کۆمپانیام دامەزراند و لە یەکێك لە زانکۆ بەناوبانگەکاندا لە بەشی بەڕێوەبرنی بازرگانی شەهادەم بەدەستهێنا.

هەروەها توانیم زمانی فەرەنسی، ئەڵمانی و ئیسپانیش فێر ببم و وەکو وتاربێژێکیش، بوومە ڕاهێنەر و ڕاوێژکاری زیاتر لە ٥٠٠ کۆمپانیا. لە ئێستادا ساڵانە بۆ زیاتر لە ٣٠٠ هەزار کەس قسە دەکەم و سیمیناری گەورە ئەنجام دەدەم کە هەر یەکە لەوانە زیاتر لە ٢٠ هەزار بەشداربوویان هەیە.

بەدرێژایی ماوەی ئیش و کارەکانی خۆم، تەنها لە حەقیقەتێکی سادە تێگەیشتم. ئەویش ئەوەیە کە کلیلی بەدەستهێنانی سەرکەوتنی گەورە، سەرکەوتن، ڕێز، پلە و خۆشبەختی لە ژیاندا ئەوەیە کە بتوانیت مێشکت بە هەموو شێوەیەك بەتەواوی و بەڕێك لەسەر گرنگترین ئەو کار و ئامانجەی کە هەتە تەرکیزی بکەیت، و بەجوانی ئەنجامی بدەیت و تاوەکو تەواوی نەکەیت دەست لەکار نەکێشیتەوە.

بەرنامەڕێژی نەکردن واتە بەرنامەڕێژی بۆ شکست

(ئەمی جۆنز)

(یاساکانی جیهانی سەرکەوتن)

١- **یاسای عیلەت و مەعلول:** هەموو شتێك بە هۆکارێك ڕوو دەدات. بۆ هەر عیلەتێك، مەعلولێك هەیە و بۆ هەر مەعلولێکیش عیلەتێك هەیە. شتێك نیە بەناوی چانس.

٢- **یاسای مێشك و زهن:** هەموو عیلەت و مەعلولەکان زهنین. بیرۆکەکانی تۆ دەگۆڕدرێن بۆ ڕاستی. بیرۆکەکانت دروستکەرن. تۆ دەبیت بەو شتەی کە بیری لێ دەکەیتەوە. دەبێت هەمیشە لەبارەی ئەو شتانەوە بیر بکەیتەوە کە دەتەوێت بەدەستیان بهێنیت، هەمیشە بیر لەو شتە مەکەرەوە کە ناتەوێت بەدەستی بهێنیت.

٣- **یاسای تەرکیز:** هەر شتێك کە مێشك و زهنی خۆتی پێوە خەریك بکەیت لە ژیانتدا دەتوانیت بەدەستی بهێنیت.

٤- **یاسای هەڵبژاردن:** ژیانی تۆ دەرەنجامی ئەو هەڵبژاردنانەیە کە تاوەکو ئێستا هەڵتبژاردوە. لەبەر ئەوەی کە تۆ هەمیشە لە هەڵبژاردنی بیری خۆتدا ئازادیت، کەواتە کۆنترۆڵی هەموو ژیانت و هەموو ئەوەی کە ڕوودەدات لەدەستی خۆتدایە.

٥- **یاسای گۆڕان:** گۆڕان شتێکە ناتوانیت خۆتی لێ لابدەیت لەبەر ئەوەی کە زانیاری و تەکنەلۆژیا بەردەوام بەرەو پێشەوە دەڕوات و گۆڕانکارییەکان چاوەڕوان نەکراون، لەبەر ئەوە دەبێت کاری تۆ ببێتە ئەوەی کە ببیتە مامۆستای گۆڕانکاری و قوربانیەکان.

٦- **یاسای بەرپرسیاریەتی:** لە هەرشوێنێك بیت، لە هەر شوێنێکدا کار دەکەیت، دەبێت ئەوە بزانیت کە پێویستە خۆت بە بەرپرسی ئەو شتە بزانیت کە لە ژێر دەستت دایە، هەروەها ئەوەی کە ئەنجامی دەدەیت بە هەموو بەرپرسیاریەتێکەوە ئەنجامی بدەیت.

٧- **یاسای هەوڵدان:** هەموو هیواکان، خەونەکان و ئامانجەکان لەناو ئەو هەوڵە بێ وچانەیە کە دەیدەیت. هەرچی زیاتر هەوڵبدەیت، بەخت و چانسی زیاترت دەبێت.

٨- **یاسای ئامادەگی:** لەڕاستیدا چانس بریتیە لە هەوڵدان، کات و ئامادەگی. کارکردنی باش دەرەئەنجامی ئامادەگی تەواوەتییە کە قۆناغی بەدەستهێنانی لە چەندین هەفتە و مانگ و ساڵانی پێشووتر بەدەست هاتووە. لە هەر بوارێکدا سەرکەوتووترین کەس، ئەوانەن کە بەردەوام بە بەراورد لەگەڵ کەسانی ناسەرکەوتوو کاتی زیاتر تەرخان دەکەن بۆ خۆ ئامادەکردنی زیاتر.

٩- **یاسای بڕیاردان:** سوربوون یەکێکە لە تایبەتیمەندییە بنەڕەتییەکانی کەسانی سەرکەوتوو. لە ژیانی تۆدا هەرچی زیاتر هەوڵ بدەیت و هەرچی زیاتر سورتر بیت زیاتر پێش دەکەویت و زیاتر ئەگەری بە دەستهێنانت زیاترە.

١٠- **یاسای دامەزراوەیی:** پێوەری ئیمان بەخۆبوون، توانایی ئارامگری و دامەزراوەیی بەرامبەر بە قورسییەکان، شکست و نائومێدیەکانە. دامەزراوەیی تایبەتمەندی بنەڕەتی سەرکەوتنە. ئەگەر تۆ بە ڕادەی پێویست دامەزراوەبیت، گومانی تێدا نیە دواجار سەرکەوتوو دەبیت.

> **پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆ هەیە لەنێوان ئەو کەسانەی کە لە کارەکانیاندا شکست دەخۆن لەگەڵ ئەو کەسانەی کە بە نیوەچڵی ئیشەکانیان بەجێ دەهێڵن**

١١- **یاسای ڕوونی ئامانج:** هەرچی زیاتر بەرچاوڕونی زیاترت هەبێت و

بزانیت چیت دەوێت و چ مەبەستێکت هەیە، ئەگەری سەرکەوتنت زیاتر دەبێت.

١٢- **یاسای گەشەکردن:** ئەگەر لە حاڵەتی گەشەکردنی بیر و فکردا نیت کەواتە ئاگاداربە لە ڕێگە دەردەچیت. ئەگەر ڕۆژ بەڕۆژ باشتر نەبیت ئەوە بزانە خراپتر دەبیت. دەبێت فێربوونی هەمیشە و گەشەکردنی بەردەوام بەشێك بێت لە بەرنامەی ڕۆژانە بۆ ژیانی خۆت و بۆ سەرکەوتنی زیاتر.

١٣- **یاسای خۆشبەختی:** شێوەی ژیانت هەستی تۆ لە هەموو ساتێکدا دیاری دەکات و هەستی تۆ لێکدانەوە لە ڕاستی دەوروبەرت دیاری دەکات نەك خودی ڕاستەقینەت.

١٤- **یاسای وێنا کردن:** دنیای دەوروبەری تۆ وێنایەکە لە دنیای ناوەوەت، هەرچی بە ڕوونی و بە هەموو بوونتەوە شتەکان وێنا بکەیت لە ژیانی ڕاستەقینەدا زیاتر دەتوانیت بگەیت بەو وێنایانەی مێشکت.

١٥- **یاسای زیادبوونی نیعمەت:** ئێمە لە جیهانێکی پڕ لە نیعمەت دەژین. جیهانێك سامانێکی زۆر فراوانی هەیە بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانەوێت بەدەستی بهێنن. بۆ بەدەستهێنانی سەربەخۆیی دارایی و پەرەسەندنی سامان هەر ئەمڕۆ بڕیار بدە و پاشان هەمان ئەو کارە ئەنجام بدە کە خەڵکی دیکە پێش تۆ پێی گەیشتن.

١٦- **یاسای حەز و ویستن:** بۆ دەوڵەمەندبوون دەبێت حەزێکی زۆرت بۆی هەبێت. حەزێکی کەم یان پەیوەندێکی کەم بەس نیە. هێزی پەیوەندی خۆت دەتوانیت بە بینینی چالاکی ڕۆژانە خۆت هەڵبسەنگێنیت. ئایا ئەم چالاکیانە لەگەڵ دەوڵەمەندبووندا هەماهەنگیان هەیە؟

١٧- **یاسای شکست:** ئامادەگی تۆ بۆ شکست، تەنیا پێوەری ڕاستەقینەی تۆیە بۆ دەوڵەمەند بوون. شکست پێشەکی سەرکەوتنە گەورەکانە.

١٨- **یاسای سەرکەوتن:** کێشەکان نابنە ڕێگری ئیشەکان بەڵکو مامۆستامانن. لە ناو هەر کێشەیەکدا تۆوێکی قازانج شاردراوەتەوە و ئەگەر کێشەی زۆرت لەبەردەمدایە ئەوا هەر یەکە لەو کێشانە بکە بە پلەیەك و بچۆرە سەریان بۆ سەرکەوتن و بەرزبوونەوەی زیاتر.

١٩- **یاسای هەوڵدانی سەخت و دژوار:** هەوڵدانەکان و بەدەستهێنانەکان بە کۆششێکی زۆر و بێ وچان بەدەست دێن. کاتێك کە گومانت هەیە لەوەی کە سەرکەوتوو دەبیت، سەختر هەوڵبدە و ئەگەر نەگەیشتیتە دەرەئەنجام دیسانەوە هەر باشتر هەوڵبدە.

(برایان تریسی)

زۆرێك لە خەڵك ئەوەندە خۆشحاڵ دەبن كە خۆیانیان
بۆ ئامادەكردووە و بڕیاریانداوە خۆشبەخت بن.
(ڕۆزفێلت)

(هەڵبژاردن لەلای خۆتە)

(جێری) بەڕێوەبەری ڕستۆرانێكە. ئەو هەمیشە لە حاڵەتێكی ڕۆحی باشدا ژیان بەسەر دەبات. كاتێك كەسێك لێی دەپرسێت چۆن ئەم ڕۆحیەتە دەپارێزێت، بە ئاسایی وەڵام دەداتەوە: (ئەگەر من كەمێك لەمە باشتر بوومایە دەبوومە دووانە.)

كاتێك شوێنی كارەكەی دەگۆڕێت زۆرێك لە خزمەتكار و شاگردەكانیش ئیشەكەیان بەجێدەهێڵن تاوەكو لەگەڵیدا بڕۆن بۆ ڕستۆرانێكی دیكە؟

چونكە جێری بەتەواوی كەسێكە بەردەوام ڕۆحیەت و ورە دەبەخشێت. ئەگەر كارمەندێك ڕۆژێكی ناخۆشی هەبێت، ئەوا بەردەوام جێری هەیە تاوەكو پێی بڵێت ئەمڕۆ چۆن بیر بكاتەوە و بە چ ئاراستەیەكی ئیجابی دا بیر بكاتەوە.

ئەم جۆرە تێڕوانین و هەڵسوكەوتە وای كرد بە من بۆ ئەوەی بەدواداچوون بكەم بۆ ئەم مەسەلەیە، بۆیە ڕۆژێك ڕۆیشتم بۆ لای و لێم پرسی: (مـن تـێ نەگەیشـتم! هیچكەس ناتوانێت هەمیشە كەسێكی ئیجابی بێت. تۆ چۆن ئەم كارەت كرد؟

جێری وەڵامی دایەوە: هەموو ڕۆژێك كاتێك بەیانی هەڵدەستم لە خەو، بەخۆم دەڵێم: ئەمڕۆ دوو هەڵبژاردەم لەبەردەستدایە. دەتوانم لە حاڵەتی ورەیەكی باشدا بم و یان دەتوانم ڕۆحیەتێكی خراپ هەڵبژێرم. من هەمیشە حاڵەتی ڕۆحیەتی باش و ورەی بەرز هەڵدەبژێرم. هەركاتێك ڕووداوێكی ناخۆش ڕوو بدات، دەتوانم ئەوە هەڵبژێرم كە ئایا وەكو قوربانێك هەڵسوكەوت بكەم یان دەتوانم وانەیەكی گەورە لەو ڕووداوە فێر ببم.

هەركاتێك كەسێك دێت بۆ گلەی و گازندە دەتوانم هەڵیبژێرم كە ئایا گلەی و گازندەكەی قبوڵ بكەم یان دەتوانم گرنگی بە لایەنی ئیجابیەكەی بدەم.

من نارەزایەتیم پیشاندا: (بەلاَم کارەکە هەمیشە بەم سادەییە نیە)

جێری وتی: (بەوشێوەیەیە، هەموو ژیان هەڵبژاردنە. کاتێك تۆ هەموو بابەتێکی زیادە و بێ مانا لە مێشکتدا فڕێ دەدەیت، ئەوا هەموو شوێن و پێگەیەك دەبێتە پێگەی هەڵبژاردن و بڕیاردان. تۆ دەتوانیت هەڵبژێریت کە چۆن پێگەکان کاردانەوە نیشان دەدەن. تۆ دەتوانیت هەڵبژێریت کە کەسەکان چۆ حاڵەتی ڕۆحیەتی تۆ دەخەنە ژێر کاریگەریەوە. تۆ دەتوانیت هەڵبژێریت کە لە حاڵەتی ڕۆحیەتێکی باش یان خراپدا بیت. ئەوە هەڵبژاردنی تۆیە کە دەبێت ژیانت چۆن بێت.)

چەند ساڵێك دواتر من ئاگاداری ئەوە بووم کە جێری بە ڕێکەوت کارێکی ئەنجامداوە کە هەرگیز لە پیشەی ریستۆرانی دا نابێت ئەنجام بدرێت. ئەو بەردەوام دەرگای دواوەی ڕستۆرانەکەی کردبوویەوە و ڕۆژێکیان بەیانێك لە دواوە سێ دزی بۆ دێت.

لەکاتێکدا کە خەریك بوو قاسەکەی دەکردەوە دەستەکانی دەلەرزی و هاوسەنگی خۆی تێك دابوو. دزەکان لە ترساندا تەقەیان لێ کرد. خۆشبەختان جێری بەخێرایی دەگەیەنرێتە نەخۆشخانە. پاش ١٨ کاتژمێر لە نەشتەرگەری و چەندین هەفتە لەژێر چاودێری ورد، جێری لە نەخۆشخانە دەچێتە دەرەوە لەکاتێکدا هێشتا کاریگەری فیشەکەکان لە جەستەی مابوون.

من جێریم شەش مانگ پاش ئەو ڕووداوە بینیەوە. کاتێك لێم پرسی: چۆنی.

وەلاَمی دایەوە: ئەگەر من کەمێك باشتر بوومایە دووانە دەبووم. دەتەوێت شوێنی فیشەکەکان ببینی؟

لێم پرسی: کاتێك کە دزیەکەیان لێ کردی چی دەهات بە مێشکتدا؟

جێری وەلاَمی دایەوە: یەکەمین شت کە هات بە مێشکمدا ئەوە بوو، کە دەبوایە دەرگای دواوەم دابخستایە.

ئینجا کاتێك کە فیشەکیان پێوە نام و کەوتمە سەر زەوی ئەوە هات بە مێشکمدا، کە دوو ئەگەرم لەبەردەستدایە یان دەبێت بمرم یان دەبێت بمێنم. من بڕیارمدا کە نەمرم.

پرسم: نەترسای؟ جێری وەڵامی دایەوە: (پزیشکەکان زۆر باش بوون. ئەوان بەردەوام پێیان دەوتم کە باش دەبیت. بەڵام کاتێك کە بردمیان بۆ ژووری ئینعاش و بە پەلە دەستیان کرد بە نەشتەرگەریم و پزیشکەکان بەردەوام چاوەڕوانی ئەوە بوون کە بمرم، هەندێك ترسام. من لە چاوانی ئەوانەوە دەمخوێندەوە کە بە ڕاستی ئەم پیاوە هی ئەوە نیە بمێنێت. دەمزانی دەبێت شتێك بکەم.

پرسم: چیت کرد؟

جێری وتی: (پەرستیارێکی بەهێز لەوێ بوو بە دەنگی بەرز وتی بە چ شتێك حەساسیەتت.

منیش وەڵامم دایەوە: بەڵێ. دکتۆرەکان و پەرستیارەکان لە پڕێکدا دەستیان لە ئیشەکە هەڵگرت و چاوەڕوانی وەڵامم بوون. هەناسەیەکی قوڵم هەڵکێشا و وەڵامم دایەوە: فیشەك.

لەکاتێکدا کە ئەوان پێ دەکەنین. من ئەوم هەڵبژارد کە دەبێت بە زیندوویی بمێنمەوە، بێزەحمەت من وەکو کەسێکی زیندوو نەشتەرگەری بۆ بکەن نەك وەکو کەسێکی مردوو.

بە یارمەتی دکتۆرەکان و بەهۆی ئەو بیرکردنەوە ئیجابیەی کە خۆم هەمبوو، بە زیندویی مامەوە.

من لەوەوە فێر بووم کە هەموو ڕۆژێك من دوو هەڵبژاردنم لەبەردەستدایە ئەویش ئەوەیە کە ئایا دەتوانم لە ژیانم چێژ وەرگرم یان ناتوانم.

شێوەی بیرکردنەوەی تۆ شتێکە کە بەڕاستی مولکی خۆتە و هیچکەس ناتوانێت ئەو بیرکردنەوەیەت لێ زەوت بکات.

بۆیە ئەگەر بتوانیت پارێزگاری لێ بکەیت ئەوا لایەنەکانی دیکەی ژیانت ئاسان و سانا دەبێت.

(جاك کانفێلد)

زۆرجار نەوشتەی بە گەورەترین مەینەتی و نەگبەتی بەرچاو دەکەوێت لە ژیاندا، کەچی دواتر بە گەورەرەترین خێر وچاکە دەگۆڕێت.

(لوییز هی)

(بنبەست یان دەروازە)

(نانسی) و (جیم چودا) دوو پاڵەوانی ئیلهام بەخشی منن. لە ساڵی ١٩٨٦ نانسی و جیم بوونە خاوەنی کچێکی جوان کە ناوی (کولت) بوو. نانسی و جیم، باوك و دایکێك بوون زۆر بە جوانی ئاگاداری منداڵەکەیان بوون. ئەوان بۆ پاراستنی منداڵەکەیان هەموو رێگەیەکیان دەگرتەبەر، بۆ نمونە خواردنێکیان دەدا بە کچەکەیان کە لە کارگەی خودی نانسی بەرهەم دەهێنرا و و ناویان نابوو (هەڵبژاردەی منداڵ).

بەهەرحاڵ کولت گەورە بوو، بە باشی گەشەی کرد و بۆ ئەو کەسانەی کە دەیانناسی خۆشی و شادی دەهێنا. پاشان ڕووداوێکی باوەڕپێنەکراو ڕوویدا. لە تەمەنی چوار ساڵی، دەرکەوت کە کولت توشی جۆرە شێرەپەنجەیەك بووە بە ناوی (تومور ویلیم)

تاقیکردنەوە بۆ ماوەییەکان ئەوەیان پیشاندا کە شێرەپەنجەکەی کولت بۆ ماوەیی نیە، هەواڵدرا بە خێزانەکەیان کە ئەم جۆرە نەخۆشییە لەوانەیە بەهۆی پیسی ژینگە و ئەو جۆرە خواردنەوە بوو بێت کە پێی دراوە.

ساڵێك دواتر، کۆلت لە تەمەنی پێنج ساڵی کۆچی دوایی کرد.

نانسی و جیم وتیان: (دەمانزانی دوو ڕێگەی زیاترمان لەبەردەستدا نیە. یان دەبوو لە خەڵك دوور بکەوینەوە و لە خەڵوەت و سوچێك دا بۆ خۆمان دابنیشتینایە، یان دەبوو ئازار و ناڕەحەتیەکان بگۆڕین بۆ وزە و بیگۆڕین بۆ خزمەت کردن بە خەڵکانی دیکە، و ئێمەش دووەم ڕێگامان هەڵبژارد.

له ساڵی ۱۹۹۱ نانسی و جیم، به یارمەتی (لیویا نیوتون) و هاوڕێ نزیکەکانی دیکەی خۆیان وەکو (بیت میدلەر)، (لی و نۆرمان لیر)، (سیندرا ڤالن لید) و کۆمەڵێکی دیکە ڕێکخراوێکی ژینگە پارێزی (کۆلت چودا)ی (هاوپەیمانی ژینگە و تەندروستی منداڵانیان) دامەزراند کە هەردوو ڕێکخراوەکە دامەزران بۆ پاراستنی منداڵان و پاك ڕاگرتنی ژینگەی ژەهراوی و ئەنجامدانی لێکۆڵینەوەی زانستی لەبارەی ئەو مەترسیانەی کە هەڕەشە لە منداڵەکان دەکات.

خێزانی (چودا) سەرکەوتوو بوون بە وەرگرتنی خەڵاتی تایبەتی پاڵاوانانی تەندروستی قوتابخانەکان لە کالیفۆرنیا بەهۆی ئەو هەوڵەی کە بۆ پاراستن و پەرەپێدانی تەندروستی قوتابخانەکان لە ساڵی ۲۰ ئەنجامیاندا، توانیان ڕێژەی نەخۆشی بۆ کەمترین ئاست کەم بکەنەوە.

نانسی و جیم چودا، ئەو خەم و خەفەتەی کە هەیان بوو بەهۆی دامەزراوەیی و بەهێزیانەوە، تەحەمولیان کرد و ئەو خەمەیان گۆڕی بۆ کار کردن لە زەمینەی کاری مرۆڤ دۆستانە. کارەکانیان بووە هۆی بەرز بوونەوەی ئاستی تەندروستی و گیانی زۆرێك لە منداڵان و کەسە گەورەکانیشیان ڕزگار کرد. ئەوان ئەو بن بەستەی کە هاتە پێشەوە بۆیان، گۆڕیان بۆ دەروازەیەکی گەورەی تەندروستی و بەسود، و دڵنیام کە فریشتە کولت ئەم دەروازەی ڕەحمەتە بەهەمیشەیی ڕادەگرێت و دەیپارێزێت.

(باربارا دی ئەنجلس)

هەتاوەکو هەوڵ نەدەیت نازانیت کە چ ئیشێك
ناتوانیت ئەنجام بدەیت

(هێنری جێمز)

(ئەمە ببێت و نەبێت لەگەڵ مندایە)

خاتو (دیبی فیلد) لەگەڵ هاوسەرەکەی بانگهێشت کرابوون بۆ میوانێك. هاوسەرەکەی (ریندی) یەکێك بوو لە ئابورینانسە گەورە بەناوبانگەکان.

دیبی نۆزدە ساڵ پاش هاوسەرگیری، ئیشەکەی بەجێهێشت بوو تاوەکو بتوانێت ڕۆڵی هاوسەرێکی باش و سونەتی بۆ هاوسەرەکەی ببینێت. باوەڕبەخۆبوونی دیبی زۆر لاواز بوو. میوانەکان لە دەوروبەری ریدی کۆبووبوونەوە و داوایان لی دەکرد کە بۆچوونی خۆی لەبارەی ئایندەی ئابوری جیهانەوە باس بکات.

بەڵام هەر ئەو میوانانە لەگەڵ دیبی وەکو کەسایەتێکی ژێر سفر هەڵسوکەوتیان دەکرد.

دیبی لە یەکێك لە میوانیەکاندا بەشێوەیەك بێتاقەت بوو، کە یەکێك لە قسەکانی بە هەڵە وت. یەکێك لە میوانەکان رستەکەی بۆ راست کردەوە و وتی: (ئێمە بەهیچ شێوەیەك وشەیەکی لەو شێوەیەمان نیە، هەولبدە زمانی ئینگلیزیت باش بکەیت.)

دیبی لەو ساتەدا وایزانی ورد بووە و بە پەلە میوانیەکەی بەجێهێشت. دیبی لەکاتی گەڕانەوەی بۆ ماڵەوە بەردەوام دەگریا و بێتاقەت و خەمبار بوو. بەڵام لەو بارودۆخەدا، کەم کەم ڕێگا چارەیەك لە حاڵەتی دروست بوون دا بوو.

بڕیاری دا هەرگیز نەهێڵێت جارێکی دیکە هەڵەیەکی لەو چەشنە دووبارە ببێتەوە.

بۆیە ئیدی هەرگیز هەوڵی نەدا کە جارێکی دیکە لە ژێر سێبەری هیچکەسی دیکەدا بژی. ڕێگا و ڕەوشێکی ڕاستی بۆ خۆی هەڵبژارد. بەڵام چ ڕێگەیەك؟

ئەو شتەی کە هەمیشە دیبی ئارەزووی دەکرد ئەنجامی بدات، دروستکردنی شیرینی بوو. ئەو بەهۆی ئەو فێربوونانەی کە لە تەمەنی ١٣ ساڵی بۆ دروستکردنی ئەم جۆرە شیرینیە بەکاری دەهێنا، بە کەم و زیادکردنی کەرەستەکان، دەیتوانیت خەیاڵیترین شیرینی دروست بکات.

گەورەترین چێژی ژیان ئەنجامدانی ئەو کارانەیەکە خەڵکی وادەزانن ئەو کارانە لە ئاستی ئێمەدا نین وناتوانین ئەنجامیان بدەین (ڤالتەر باگمات)

ئێستا کە دیبی فێر بووبوو بەشێوەیەکی زۆر خوازراو ئەم کەرەستانە بەکار بهێنێت و شیرینیەکە بە شێوەیەکی زۆر باش دروست بکات، کەوتە بیری ئەوەی کە دووکانێك بکاتەوە و شیرنی تێدا بفرۆشێت.

یەکێك لە هاوڕێکانی بە بیستنی ئەم بیرۆکەیەی دیبی، لەکاتێکدا کە دەمیشی پڕ بوو لە شیرینی وتی:

(وابزانم ئەوە ئیشێکی باش نیە و باوەڕ ناکەم قازانجێکی لەو شێوەیەی هەبێت) خاوەنی ئەو دووکانەی کە دیبی دەیویست بیگرێت هەمان بۆچوونی هەبوو باوەڕی وابوو کە ئەو شیرینیە بازاڕی نابێت. زۆرێکیش ئەو باوەڕیان هەبوو.

بەڵام بەهەرحاڵ کاتژمێر ٩ بەیانی لە ڕۆژی ١٨ ئۆگۆستی ١٩٧٧ کاتێك کە دیبی ٦٠ ساڵ تەمەنی بوو دووکانێکی بەناوی (شیرینی چکلێتی خاتو فێلد) لە کالیفرۆنیا کردەوە. تاوەکو نزیك نیوەڕۆ هیکەس بۆ کڕینی شیرینیەکان نەچووە ناو دووکانەکەیەوە.

زۆر بێتاقەت و نائومێد بوو بە خۆی وت: ئەگەر کەس شت نەکڕێت ئەوا پەشیمان دەبمەوە لەم کارەم.

بۆیە، بەناچاری لەبەر ئەوەی کە شیرینیەکانی نەمێنێتەوە، سینێکی گەورەی پڕ کرد لە شیرینی و ڕۆشت بۆ دووکانەکانی دراوسێی و داوای لێ کردن کە شیرینی هەڵگرن و بیخۆن. بەلاّم هیچکەس تەنانەت یەك دانەشی هەڵنەگرت.

بە بینینی ئەم بارودۆخە چووە سەر جادەکە و داوای کرد لە خەڵکی کە شیرینی ببەن و بیخۆن. خەڵکی نمونەکانیان وەرگرت و تاقیان کردەوە و کێشەکە نەما.

کاتێك خەڵکی شیرینیەکانیان خوارد و چێژەکەیان زانی، بوونە عاشقی ئەو شیرینیە و بۆ کڕینی شیرینیەکە هاتن بۆ دووکانەکە. لە کۆتایی ئەو ڕۆژە ٥٠ دۆلاری لە شیرینییەکە فرۆشت بوو. ڕۆژی دووەم ٧٥ دۆلاری فرۆشتبوو.

ئەمە هەموو چیرۆکی شیرینی خاتو دیبی بوو. ئەو دەڵێت: (من هەموو ئەو سەرکەوتن و هەموو ئەو دەستکەوتەم دەگەڕێنمەوە بۆ ئەو وشەیەی کە بە هەڵە وتم.)

ئەمڕۆ دیبی رییس کارگەی شیرینی فیلدە. ئەو کارگەیە ئەمڕۆ شیرینی تازە دابەش دەکات بەسەر ٦٠٠ دوکاندا و بە هەزاران کارمەندیشی هەیە.

شیرینیەکانی دیبی ناوبانگی جیهانیان هەیە و ئەمڕۆ ئەم شیرینیە یەکێکە لە گەورەترین شیرینیەکانی جیهان و کارەکەیان بووە بە بازرگانێکی جیهانی لە ژێر چاودێری پێنج منداڵەکەی دا.

مرۆڤی بەدبین لە هەموو هەلێکدا گرفتارێك دەبینێت

مرۆڤی خۆشبین لە هەموو گرفتارێکدا هەلێك دەبینێت

(وینستۆن چرچێل)

(چارلی باسول)

(چارلی باسول) هەمیشە یەکێکە لە پاڵەوانەکانی من. ئەو بۆ هەمیشەیی وای کرد لە من و لە هەزاران کەسی وەکو منیش کە فێری ئەوە ببین بتوانین سنوورداریەکانمان بشکێنین و زاڵبین بەسەر دەوروبەرەکەماندا و بەو شێوەیە بژین کە حەز دەکەین.

چارلی هەردوو چاوی خۆی لە جەنگی جیهانی دووەم کاتێك کە هەوڵیدا هاوڕێیەکی خۆی لەناو تانکێکدا ڕزگار بکات لەدەستدا بوو. پێش ئەوەی ئەم ڕووداوە ڕوو بدات پاڵەوانێکی گەورە بوو. پاش ئەو ڕووداوە بەهۆی ئەو لێهاتوویی و توانایی‌یەی کە هەیبوو هەوڵیدا وەرزشێکی نوێ دەست پێ بکات. وەرزشێك کە تەنانەت کاتێك پێش ئەوەی بینینی لەدەست بدات بیری لێ نەکردبوویەوە ئەویش یاری (گۆلف) بوو.

بەهۆی ئەو بڕیارە بەهێز و پەیوەندییە زۆرەی کە لەگەڵ ئەو وەرزشەیەدا هەی بوو، بووە قارەمانێکی گەورە لە دنیای گۆلفی نابینایاندا. توانی ١٣ جار ئەو شانازی یە بەدەست بهێنێت. یەکێك لەو کەسانەی کە چارلی زۆر پەیوەندی پێوە هەبوو گۆلف زانی گەورەی جیهانی (بین هۆگان) بوو.

بەڕاستی بردنی خەلاتی (بین هۆگان) لە ساڵی ١٩٥٨ بۆ چارلی شانازێکی زۆر گەورە بوو.

کاتێك چاوی کەوت بە بین هۆگان، چارلی زۆر خۆشحاڵ بوو.

پێی وتبوو تەنها ئارەزوویەکم هەیە، ئەویش ئەوەیە کە پێکەوە یارێك بکەن.

هۆگانیش وتی، یاری کردن لەگەڵ چارلی شانازێکی گەورەیە بۆ من، چـونکە ئـەویش هەواڵی سەرکەوتنەکانی چارلی بیستبوو و سوپاسی دەکـرد بـۆ ئـەو لێهاتوییانـەی کـە هەیبوو.

چارلی وتی: (بەڕێز هۆگان، ئایا حەز دەکەیت بە گرەو یاری بەکەین؟)

هۆگان وەڵامی دایەوە: (من ناتوانم ئەو کارە بکەم چونکە ئەوە دادپەروەرانە نیە.)

چارلی وەڵامی دایەوە: (من حەز ناکەم دواتر خەڵکی وا بـزانن، کـە مـن سـودم لـەو لاوازییەی تۆ وەرگرتووە؟)

بەڕاستی زۆر ترسنۆکیت هۆگان!

هۆگان نائومێدانە وەڵامی دایەوە: (زۆر باشە، بـەڵام مـن دەمـەوێت باشـترین یـاریم ئەنجام بدەم.)

چارلی وەڵامی دایەوە بە دڵنیاییەوە: (منیش چاوڕوانی هیچ شتێکی دیکەم نەدەکرد جگە لەمە)

(بەڕێز چارلی ئارەزوی خۆتە، کات و شوێنی یاری کردنەکە دیاری بکە!)

چارلی بە متمانە بەخۆبوونێکی تەواوەوە وەڵامی دایەوە: (کاتژمێر دەی ئەم شەو!)

(هێزی فکری ئیجابی)

(خوار دەبم و دەچەمێمەوە، بەڵام ورد نابم)

(تێری فاکس) وەرزشکارێکی کەنەدی بوو، پاش کۆمەڵێك سەرکەوتنی یەك لەدوای یەکی لە بواری وەرزشی لە زانکۆ، خۆی ئامادە کرد بۆ ئەوەی بچێتە ناو تیمە پێشکەوتووەکانەوە.

ڕۆژێکیان تێری بەهۆی ئەوەی کە قاچێکی ئازاری زۆری دەهات سەردانی پزیشکی کرد و زانی کە توشی شێرەپەنجە بووە. پزیشکەکان هیچ ڕێگەیەکیان نەبووە جگە لەوەی کە دەبوو قاچی ببڕنەوە. تیری لەو کاتەدا بیست و یەك ساڵ تەمەنی بوو، ئەو دەیتوانی لە سەردەمی نەخۆشیەکەی دا لە نەخۆشخانە بیر لەو شکستە گەورەیە بکاتەوە. دەیتوانی باوەش بە خەم و خەفەتدا بکات یان دەیتوانی بە ماتەمییەوە سەیری ئایندەی درەوشاوە بکات.

بەڵام تێری فاکس هەموو تەرکیزی خۆی لەسەر ڕستەیەك چڕ کردبوویەوە کە ڕۆژێکیان بەدەم ڕاهێنەرەکەیەوە بیست بووی کە وتبووی: (تۆ دەتوانیت چارەسەری هەموو کێشە و گرفتێك بکەیت بە مەرجێك بتوانیت بە هەموو بوونێك و سوربوونێکەوە کارەکەت ئەنجام بدەیت)

تێری بڕیاریدا بە ڕاکردن لەم سەری کەنەداوە بڕوات بۆ ئەو سەری کەنەدا. ئامانجی تێری بریتی بوو لە کۆکردنەوەی سەد هەزار دۆلار بۆ دامەزراوەی لێکۆڵینەوەی شێرەپەنجە.

کاتێك لە نەخۆشخانە هاتە دەرەوە قاچێکی دەستکردیان بۆ دروست کردبوو. باوك و دایکی دژی بۆچوونەکەی بوون. ڕۆژێك دواتر تێری پەیوەندی کرد بە ئەنجومەنی شێرەپەنجەی کەنەداوە، بەڵام ئەوان هیچ پێشوازیان لە بەرنامەکەی تێری نەکرد.

بەیانی ئەو ڕۆژە تێری (مەراسۆنی هیوای تێری فاکسی) دەست پیێ کرد. تێری لە ناوچەی (نیو فاندلەند) دار شەقەکەی ژێر بن دەستی فڕێدا و مەراسۆنی خۆی بە هەناسە بڕێکی دەست پێ کرد.

لەبەر ئەوە کە تێری بە ئینگلیزی قسەی دەکرد سەرەتا زۆر سەرنجی ڕۆژنامە و ڕاگەیاندنەکانی بەلای خۆیدا ڕا نەکێشا.

> **جیاوازێکی زۆر هەیە لە نێوان یاری کردن بە مەبەستی نەدۆڕان و یاری کردن بە مەبەستی سەرکەوتن .**
> **(دانیل ئیس پینا)**

بەڵام پاش ٣٢٧ ڕۆژ کاتێك تێری چووە بەشە ئینگلیزەکەی کەنەداوە تاوەکو ئەو کاتە زیاتر لە ١٨٠٠٠ کیلۆمەتر ڕای کردبوو، لەوکاتەدا قاچە دەستکردەکەی برینێکی قوڵی خستبویە ناو جەستیەوە و هەر بەردەوامیشی دەدا بە ڕاکردن، ئیدی لێرەدا بوو کە ڕووداوی مارسۆنەکەی تێری فاکس، لە سەر لاپەڕەی یەکەمی ڕۆژنامەکان بلاّو بوویەوە!

تێری چاوی کەوت بە سەرۆك وەزیران و لەگەڵ پاڵەوانە بەناوبانگەکانی هاکی دیداری کرد و پاشان لە باوەشیان گرت و پارەیەکی زۆریان بۆ کۆکردەوە.

تێری فاکس مەراسۆنەکەی خۆی تاوەکو شاری (تاندربی) بەردەوامی پێدا و لەوێدا بوو کە ڕووبەڕووی کێشەی هەناسە توندی بوویەوە و بە فەرمانی پزیشك ناچاربوو لە ڕاکردن بووەستێت. تێری وتی بە پزیشکەکەی: (دیارە تۆ نازانیت من کێم؟) من دەبێت بەردەوامی بدەم بە ڕێگەکەم.

سەرەتا باوك و دایکم وتیان ناتوانیت ئەو کارە ئەنجام بدەیت. ئەنجومەنی شێرەپەنجەی کەنەداش پشتیوانیان نەکردم. و من بڕیارمدا ئەو کارە بکەم. بەرپرسە دەوڵەتیەکان دژی ئەم کارە بوون، چونکە ترافیك و ڕێگا سەرەکیەکانم هەندێك جار دادەخست و منیش بەردەوام بووم. سەرۆك وەزیر سەرەتا خۆی بەدوور گرت لە پشتوانی کردنم بەڵام پاش

ئەوەی کە توانیم ملیۆنێك دۆلار کۆبکەمەوە، دەستی کرد بە پشتیوانی کردنم، ئێستاش دەمەوێت کاتێك لەعەیادەکەی تۆ چوومە دەرەوە لەلای هەموو کەنەدییێك دۆلارێك کۆ بکەمەوە بۆ ئەوەی کۆی پارەکە بکاتە (٢٤ ملیۆن) دۆلار.

پاڵەوانی نەتەوەیی کەنەدا بە بێ حەزی خۆی، تەسلیمی پێداگیریەکانی پزیشکەکانی بوو و لە نەخۆشخانە خەوێنرا. بەلاّم تێری پاش ماوەیەکی کورت کۆچی دوایی کرد.

بۆ ئێمە چیرۆکی ژیانی تێری فاکس، نمونەیەکی بەرزە بۆ ئەو کەسانەی کە خۆیان بە خاوەنی کێشە دەزانن و باوەڕیان وایە کە هیچ کێشەیەك نابێتە ڕێگر لە بەردەم سەرکەوتنەکانیاندا.

تێری فاکس ئەوەی پیشاندایین کە تەنانەت لە قورسترین و دژوارترین کات دا دەتوانین هەلی خۆمان بەدەست بهێنین و سەرکەوتن بە دەست بهێنین و بگەین بەو مەبەستەی کە کاری بۆ دەکەین.

لەوانەیە هەر کەسێکی دیکە لە هەلومەرجی جەستەیی تێری فاکسدا بوایە، بە دڵنیاییەوە دەستی لە هەموو هەشتێك هەڵدەگرت. بەلاّم تێری ئەوەی پیشاندایین کە نەخۆش کەوتن بە مانای کۆتایی ئینسان نیە.

تێری فاکس نەچوو بڕو بیانوو بهێنێتەوە. ئەو نەیوت: (من زۆر لاواز و بێ چارەم، من کێشەیەکی زۆر گەورەم هەیە) ئەو بەربەستەکانی شکاند و ئەو جورئەتەی بەخشی بەخۆی کە بتوانێت کارێکی لەو شێوەیە بکات کە دەتوانرێت بە ئیرادەیەکی بەرز و سەرسوڕهێنەر ناو ببرێت.

(ئیراوەکان هەرگیز ناترسن)

٦

کێشەی نەبوونی ئامانج و خەون

حەز و ئارەزو، کەسایەتی دروست دەکات، کۆنترۆڵی
دەکات،وەکو ئەو کاپتنە ئارەزومەندەی کە ئاراستەی
کەشتیەکەی دەزانێت.
سەرنشینی کشتێکی بچوك لەوانەیە ئاراستەکەی زۆر نەبینێت
و نەزانرێت بەرەو چ ئاراستەیەك دەڕوات.
بەلاّم خەون و ئارەزوی ئاراستەی جوڵەی کەشتێکی گەورە
کۆنترۆڵ کراوە.
بۆیە ژیانێکی بیّ هیوا و بیّ ئامانج و بچوکیش وەکو
بەلەمێکی بچوکی بیّ سەرنشین و بیّ ئاراستەیە.
ئەگەر کەسێك بیّ ئامانج ئاراستەی خۆی لەدەست بدات
ئەوەندە لە شەپۆلە بەهێزەکانی ژیاندا سەرگەردان دەبێت
تاوکو دواجار نوقم دەبێت

(کیم و چۆنگ، دامەزرێنەری کۆمپانیانی دوو)

هەمیشە ئەوەندەی کە داوای دەکەیت لە ژیان بەدەستی ناهێنیت، بەڵام ئەوەی کە داوای ناکەیت هەرگیز بەدەستی ناهێنیت.

(فرانکلین برود)

(ژیان لە تەم و مژدا)

چەندین ساڵ پێش ئێستا لە کتێبی پەندە کۆنەکاندا ڕستەیەکی گرنگم بەرچاو کەوت، (لە هەرشوێنێکدا ئامانج نەبێت، خەڵکی لەناو دەچێت) ماوەیەکی زۆر درێژەی کێشا تاوەکو توانیم پەی بە ڕاستی ئەم ڕستەیە بەرم.

بۆ دەرخستنی مانای ئامانج و هیوا، ئەم نمونەیە بهێنەرە بەرچاوی خۆت:

گریمان شەوێکی زستانی تاریك تەمێکی خەست هەموو شوێنێکی گرتووە. لە پڕێکدا ئەوەندە دەزانی تاوەکو دووری ١٠ مەتر زیاتر نابینیت چ هەستێکت هەیە؟ لەوانەیە یەکەمین هەست و کاردانەوەت هەندێك ترس دات بگرێت؟ لەوانەیە بەخێرایی ئیستۆپ بگریت و خێرایی سەیارەکەت بە ڕادەیەکی زۆر کەم بکەیتەوە و بەشێوەیەك تاوەکو دڵنیا بیت کە زیانت بۆ هیچکەس نابێت و لە هیچ شتێك نادەیت.

ڕێگم پێ بدە کە ئەزموونەکە بەرەو ئاستێکی دژوارتر ببەم. وادابنێ کە بەرە بەرە تەمەکە ئەگاتە ئاستێك کە تەنها دەتوانیت چەند هەنگاوێك بەردەمی خۆت ببینیت. لەوانەیە جامی سەیارەکەت بکەیتەوە بۆ ئەوەی بتوانیت هێڵی ڕێگاکە ببینیت. ئەزموونێکی سەختە کە تۆ ناتوانیت سەیارەکەت لە کەنارێکدا بوەستێنیت. چونکە ترسی ئەوەت هەیە کە کەسێك لە دواوە لێت بدات.

لەلایەکی دیکەشەوە ترسی ئەوەت هەیە سەیارەکیش بەردەمی خۆی نەبینێت و لێت بدات.

بیر لەو ساتە و هەستە بکەرەوە کە لەناو تەمەکەدا دێیتە دەرەوە. سەرەتا لەبری ئەوەی تاوەکو سێ هەنگاو پێش خۆت ببینیت، دەتوانیت چوار، شەش یان هەشت هەنگاو پێش خۆت بە ڕوونی ببینیت. پاشان پێچی دواوەی ڕێگاکەش بەرە بەرە ڕوون دەبێتەوە و لە پڕێکدا تەمەکە نامێنێت و تاوەکو ئەو شوێنەی کە ڕووناکی لایتەکانی بەردەمی سەیارەکەت ڕێگە دەدات دەبینیت.

یەکەمین هەستت چییە؟ سەرەڕای هەست کردن بە ئارامی فکری و جەستەیی ڕاستەوخۆ پێت لەسەر ئەستۆپەوە دەچێتە سەر بەنزین. بەرە بەرە دەست دەکەیت بە زیادکردنی خێرایی و ئیدی عارق ناکەیت و ترست نابێت. هەندێك خۆت کۆدەکەیتەوە و دەست دەبەیت بۆ ڕادیۆی سەیارەکە و دایدەگیرسێنیت.

دواتر بیر لەو بارودۆخە توندە بکەرەوە کاتێك کە لەناو تەمەکەدا بوویت و ئەو هۆکارەی کە بووە هۆی گۆڕینی ئەو هەلومەرج و بیرکردنەوەیەی کە لەو تەمە ڕزگارت بوو. تەنها شتێك کە جیاواز بوو دید و بەرچاو ڕوونی تۆ بوو. توانای تۆ بۆ بینین یارمەتیت دەدات کە ڕێگاکە و جادەکە لەبەردەم خۆت دا ببینیت و لەو ڕووەوە نیگەران نەبیت.

بەبێ تێڕوانین و ئامانج و دیدێکی ڕوون، وەکو ئەو پەندە کۆنەی کە پێشتر باسم کرد ئیدی تۆ بەبێ ئامانج لەبەردەم لەناوچوون و مەترسیدایەت.

> **چۆن دەکرێت لەکاتێکدا هیچ نیشانەیەکت لەبەرچاو نەگرتبێت،بتەوێت ئامانج و نیشانەیەك بپێکیت.**
>
> **(ئەنتۆنی رابینز)**

(ئایا تەمێکی خەست ژیانی تۆی داگرتووە؟)

هەموو ئەو هەستە سلبیەی سەرەوە لەبارەی شۆفێریەوە لە نـاو تەمێکـدا، لەوانەیـە ڕۆژێکیش کە ژیانت تەم دایگرتووە دووبارە ببێتەوە بۆت. ئەمە ئەو حاڵەتەیە کـە هـیچ ئاراستە و ئامانجێکت بۆ ژیان، کار و پیشە، خێزان و ئـەوەی کـە دەتـەوێت بەدەسـتی بهێنیت نیە.

کاتێك کە دیدێکی ڕوونت نەبێت لە ژیاندا، ئەوا ئەو ئەزموونـەت دەبێـت کـە لـەناو تەمە خەستەکەدا گیرۆدە بوویت. کاتێك کە ژیانت تەم داگرتوو بێـت زۆر مەترسـیداترە لەو شۆفێرەی کە کەوتووەتە ناو تەمێکی خەستەوە.

کاتێك شۆفێری دەکەیت لەناو تەمێکی خەستدا، لەوانەیە دڵنیابیت کە ئەو بارودۆخە تێ دەپەڕێت و دەگوزەرێت، بەڵام کاتێك تەم ژیـانتی داگرتـووە لەوانەیـە بـۆ هەمیشـە بەردەوام بێت.

نەبوونی تێڕوانین و ئامانج دەبێتە هۆی بێ توانایی جەستەیی و دەروونی.

بۆیە ئەمە وادەکات تەنانەت هەستانەوە لەسەر جێگە خەویش، ببێتە ئەرکێکی گران و قورس. هەموو کارەکان بە ناچاری ئەنجام دەدەیت. بۆ هـیچ ئیشـێك حـەز و عەشـقت نیە. چاوەڕوانی هیچ هەواڵێك ناکەیت و ئیشەکەت خۆشناوێت. لە باشترین حاڵەتـدا تـۆ تەنها بەشوێن تێپەڕینی ژیانەوەیت. لە ژیانتدا چێژ بوونی نابێـت و هـیچ ئامانجێـك بـۆ جێبەجێکردنی ژیانت نابێت.

بەڵام کاتێك کە تێڕوانین و دیدی خـۆت دەردەخـەیت و بنیـادی دەنێـت، توانـا و وزە دەگەڕێتەوە بۆت. بێ ئارامانە چاوەڕوانی بەیانی دەکەیت. بـە وردی دەزانیـت بـۆ کـوێ

دەڕۆیت و بۆچی ئیش دەکەیت. هەمان ئەو هیجانەت دەستدەکەویت وەکو ئەو ساتەی کە لە تەمەکەدا دەچیتە دەرەوە.

پێی خۆت زیاتر لەسەر بەنزینەکە دادەگریت تاوەکو زووتر بگەیتە مەبەست. کاتێک ژیان لەگەڵ ئومێد و ئامانجدا بێت حاڵەتی دڵەڕاوکێت بۆ دروست دەبێت. چاوەڕوانێکی بێ ئۆقرانەت هەیە لە ژیان. کەسانی گەورە و سەرکەوتوو ئەم حاڵەتە ئەزموون دەکەن و تاقی دەکەنەوە.

(رهیم ئەسمیت)

ئیمان واتە باوەڕ بەوەی كە ئێستا توانات نیە بە بینینی. پاداشتەكەشی بینینی ئەو شتەیە كە ئیمانت پێی هەیە.

(بیر لە توانابیەكان بكەرەوە)

كەسێكی زۆر سەركەوتوو كە خەریكی كاری كڕین و فرۆشتنی زەوی و زاری كشتوكاڵییە، باوەڕی وایە ئەگەر ئێمە بەشێوەیەك مێشكی خۆمان پەروەردە بكەین كە بمانەوێت لە هیچ، شتێك دروست بكەین ئەوا دەتوانین دەستكەوتی زۆر گەورەمان هەبێت.

ئەو دەڵێت: زۆربەی زەوییە كشتوكاڵیەكانی ئەم ناوچانە، زۆر ئاوەدان و سەرنجڕاكێش نین. هۆكاری سەركەوتنی من لەوەدایە هەوڵ نادەم ئەو كێڵگەیان پێ بفرۆشم كە لەبەرچاویانە.

بەڵكو ئیشی من فرۆشتنی ئەو كێڵگەیەیە كە دەیانەوێت دروستی بكەن. تەنها باس كردنی ئەوەی كە (كێڵگەكە ئەوەندە هیكتار رووبەری هەیە، و ئەوەندە دارستان و ئەوەندە دوورە لە شارەوە) هیچ مشتەرێك وا لێ ناكات كە بتوانێت ئەو زەوییە بكڕێت.

بەڵام كاتێك كە پلانێكی ڕاست و حسابی بۆ سود لێ وەرگرتنی دەخەیتە بەردەم، ئیدی ئەو كابرایە سور دەبێت بۆ كڕینی. ڕێگەم پێ بدە روونی بكەمەو كە مەبەستم چییە؟

ئەو جامتاكەی كردەوە و دەفتەرێكی دەرهێنا و وتی: (ئەم كێڵگەیەم تازە تۆمار كردوە لە ناو زەویەكاندا. ٤٧ كیلۆ مەتر لە شارەوە دوورە، خانووەكەی ناوی وێران و چۆڵە و لە زەویەكە دا پێنج ساڵ دەبێت هیچ نەكێڵراوە. ئێستا ئەو كارەی كە من ئەنجامی دەدەم ئەوەیە كە لە خۆم بپرسم ئایا ئەم زەوییە بە كەڵكی چی دێت؟

سێ بیرۆکە بە مێشکمدا هاتووە. یەکێکیان پلانێکە بۆ ئەوەی ئـەو زەویـیـە بکرێتـە شوێنی (ئەسپ سواری).

ئەمە پلانێکە بەهۆی چەند بەڵگەیـەکی ڕوون و ئاشـکراوە زۆر بـە ڕوونـی بەرچـاو دەکەوێت: لەبەر ئەوەی کە شار لە حاڵەتی گەورەبووندایە، و حەزی خەڵکیش بۆ بەسـەر بردنی کاتی بێکاری لە ناو سروشت و تەرخانکردنی پارەی زیاتر بۆ بەسەر بردنـی کـاتی خۆش و دروستکردنی ڕێگا و جادەی گەورە زۆر زیادی کردووە. بۆیە لە کۆتاییدا پلانەکە ئەوە پیشان دەدات کە کێڵگەکە دەتوانێت بە ئاسانی ژمارەیەکی زۆر ئەسپ بگرێتە خۆ، بۆ پێشبڕکێ و ئەسپ سواری بەم شێوەیە ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی کە ئەو زەویـە لـە داهاتوودا گرنگ بێت.

پلانی دروستکردنی کۆمەڵگەیەکی سوارچاکی باش و قەناعـەت پێکەرانـە بـوو. لـە ڕاستیدا، بەشێوەیەکی ڕوون قەناعەت پێکەرانە بوو کە دەکرا دنیایەك خەڵکی بهێنێتـە بەرچاوی خۆت کە لەلای درەختەکاندا دانیشتوون و سـەیری پێشـبڕکێی ئەسـپ سـواری دەکەن، هەروەها فرۆشیار پلانی دووەمی بۆ دروستکردنی باخێکی مێو و سێیەمیان بـۆ دروستکردنی دەواجین و لەگەڵیشیدا کاری کشتوکاڵی بوو.

ئـەو دەیـوت: (کاتێـك لەگـەڵ مشـتەریەکانم قسـە دەکـەم، پێویسـت ناکـات ئـەو قەناعەتەیان لەلا دروست بکەم کە موڵکەکەم چاکە و خراپ نیە، بەڵکو من هەوڵ دەدەم وێنەی زەویەکە بەو شـێوەیە کـە دەتوانێـت ببێـت، واتـە ئـەو کاتـەی کـە دەتوانرێـت بگۆڕدرێت بۆ سەرچاوەیەکی داهات دەخەمە پێش چاویان.

دەرەئەنجام: سەیری شتەکان مەکە بەو شێوەیەی کە هـەن، بـەڵکو بـەو شـێوەیە سەیریان بکە کە ئەگەری ئەوەی هەیە ببن.

کەسێکی گەورە هەمیشە بیر لەو توانایـیـە دەکاتـەوە کـە دەتوانێـت لـە ئایـندەدا ئەنجامی بدات، هەرگیز دیلی ئێستا نیە.

(سیحری بیرکردنەوەی گەورە)

ئەگەر بتوانیت ئەوە بهێنیتە بەرچاوت کەگەیشتوویتە ئامانج، ئەوا نیوەی ڕێگەکەت بڕیوە.

(تام هابکینز)

(ئەلبومی ئامانجەکان)

لە ساڵی ١٩٩٧ دایکێکی تەنیا بووم لەگەڵ سێ کچی بچوك، قەرزی قیستی خانوو و قیستی سەیارەم لەلا بوو، حەزم لەوەبوو بگەم بە خەونەکانم.

شەوێك لە کۆڕێکدا بەشداریم کرد وتاربێژەکە لەبارەی بنەمای:

وێنا+نهێنی ژیان= واقعیەت، قسەی دەکرد. وتاربێژ باسی ئەوەی کرد کە مێشك و زهن بیر لە وێناکان دەکاتەوە نەك لە وشەکان. ئەوەی کە ئارەزووی دەکەین، بۆیە ئەوەی کە بە شێوەی ڕاستەوخۆ لە مێشکماندا وێنای دەکەین بە ئاسانی دەتوانین بیکەین بە حەقیقەت.

ئەم قسانە، دەنگێکی لە داهێنان لەناو دڵی مندا دروست کرد. من ئەو حەقیقەتە ئاسمانیەم دەزانی کە (خودای گەورە ئارەزوی دڵەکان جێ بەجێ دەکات) و (هەروەها مرۆڤیش ئەو شتەیە کە بیری لێ دەکاتەوە)

بڕیارمدا شێوەی دوعای نوسراوەکانم بە وێنایەك بگۆڕم. دەستم کرد بە بڕینی وێنەی گۆڤارەکان و کۆکردنەوەی ئەو وێنانەی کە دەرخەری حەزی من بوون، و هەموویانم لە ناو ئەلبومێکدا کۆکردەوە کە پێکهاتبوون لەمانە:

١- پیاوێکی جوان

٢- ژنێك بە جلی بوکێنی و پیاوێك بە جلوبەرگێکی زاواییەوە.

٣- دەستەیەك گوڵ

٤- ئەڵماسی جوان

٥- دوورگەیەك لە ناو دەریای کاریبی

٦- خانوویەکی جوان

٧- تاقم و ناوماڵی تازە

٨- ژنێك کە بەتازەیی بووە بە جێگری سەرۆکی دامەزراوەیەکی گەورە،نزیکەی هەشت مانگ دواتر، خەریك بووم لە یەکێك لەجادە سەرەکیەکانی کالیفۆرنیاوە تێ دەپەڕیم، لە پڕێکدا سەیارەیەکی کادیلاکی سور و سپی لەتەنیشتمەوە تێ پەڕی.

شۆفێرەکە سەیرێکی کردم و زەردەخەنەیەکی کرد، چونکە هەمیشە زەردەخەنە بەسەر لێومەوە بوو. ئەم کارەم بووە هۆی ئەوەی کە سەیارەکە چەند کیلۆمەترێك بکەوێتە شوێنم و دواتر بووە هۆی ئەوەی کە پێکەوە هاوسەرگیری بکەین.

ڕۆژی پاش یەکەمین دیداری چاوپێکەوتنمان، بەستەیەك گوڵی جوانی تایبەتی بۆ ناردم. دواتر زانیم کە حەزێکی تایبەتی هەیە، حەزی لەوە بوو کە ئەڵماس کۆ بکاتەوە. ئەو بەشوێن کەسێکدا دەگەڕا کە ئەو ئەڵماسانە ڕێك بخات و هاوکاری بکات منیش ئامادەیی خۆم دەربڕی بۆ ئەو کارە.

نزیکەی سێ مانگ پێش ئەوەی هاوسەرگیری بکەین، جیم پێی وتم: من شوێنێکی زۆر خۆشم لەبەرچاو گرتووە بۆ ئەوەی بۆ مانگی هەنگوینی بڕۆین. دەڕۆین بۆ دوورگەی سین جۆن لە دەریای کاریبی. منیش بە پێکەنینەوە وتم: (هەرگیز بیرم لەو شوێنە نەکردبوویەوە)

ئێمە پاش ئەوەی بارمان کرد بۆ خانووە جوانەکەمان و پاشان ئەو ناو ماڵ و کەلوپەلە جوانەی کە لەبەرچاوم بوو کڕیمان، ئینجا بە ڕێکەوت دەرکەوت کە جیم سەرپەرشتیاری بەشێکی گەورەی پەخشی یەکێکە لە کارگە گەورەکانی مۆبیلیات.

ئەوەی ڕاستی بێت ئاهەنگی بوك گواستنەوەمان لە (لانگونابیچ) لە کالیفۆرنیا ئەنجام دا و جلوبەرگی بوك و زاواییشمان لەبەر کرد. هەشت مانگ پاش ئەوەی کە من دەفتەری خەونەکانی خۆم دروست کرد، بووم بە جێگری سەرۆکی سەرچاوە مرۆییەکان لەو کۆمپانیایەی کە ئیشم تێدا دەکرد.

> **ئاینده، مولکی ئەو کەسانەیەکە بە جوانی خەونەکانیان دەبینن**
> **(ڕۆزفێلت)**

ئەوەی کە لە مێشکمدا بوو، وەکو جیهانی فریشتەکان بیرم لێ دەکردەوە، بەتەواوی بوو بە ڕاستی و من و جیم لە سەردەمی هاوسەرگیریمانەوە (ئەلبومی وێنەیی) زۆرمان دروست کرد.

خوداوەند هێز و توانایی پێ بەخشین، بەهۆی ئەو ئیمانەوە کە هەمان بوو ئەو ژیانەی پێ بەخشین کە چاوەڕێمان دەکرد.

بڕیاری ئەوە بدە کە بزانە لە هەر بەشێکی ژیانتدا چیت دەوێت. ئەو شتانە بەشێوەیەکی ڕوون لەناو مێشکی خۆتدا وێنا بکە. پاشان دەستبەکار بە بۆ بەدیهێنانی ئامانجەکانت.

بەم شێوە سادەیە، بیرۆکەکانت بگۆڕە بۆ ڕاستێکی بەهێز و دامەزراو. نامومکین بوونی نیە. ئەوەت لەبیر بێت کە خوداوەند بەڵێنی داوە بە بەندەکانی کە حەز و ئارەزووەکانیان جێ بەجێ دەکات.

(گیلنا سانسریری)

سەرکەوتن واتە رۆیشتن لە شکستێکەوە بۆ شکستێکی دیکە، بەبێ لەدەستدانی حەز و شەوق و زەوق

(وینستۆن چرچێل)

(ئەلف بای سەرکەوتن)

أ - حەز و شەوق، بۆ گەیشتن بە کۆتایی ئارەزو

ب: بەخشین، بۆ ڕەنگدانەوەی رۆح و شەوقدانەوەی جەستە

پ: بەهێزی و دامەزراوەیی، بۆ پەیوەست بوون بە ژیان

ت: گرتنە بەری رێوشوێن و تەگبیر و ڕاوێژ، بۆ بینینی ئاسۆی بەیانی

پ: جێگیربوون و دامەزراوی، بۆ ڕووبەڕووبوونەوە و پاراستن

ج: بێباکی، بۆ بەردەوامی و درێژە پێدانی ژیان.

چ: بیرکردنەوەی چارەسەریانە، بۆ بەدەستهێنانی ڕێگەیەك لەناو گێژەڵوکەی هەڵە و شکستەکاندا.

ح: حەقناسی، بۆ پاککردنەوەی نەفس.

خ: خۆڕاگری، لەبەرامبەر تۆمەتەکان و ناڕەواییەکان

د: دوور بیرکردنەوە، بۆ گۆڕانی ژیان

ژ: زکر کردن، بۆ پاکی کردار

ر: ڕازی بوون، بۆ هەستی خۆش و ڕەزامەندانە

ز: زیرەکی، بۆ زانینی نرخی کاتەکان

ژ: قوڵ بینین، بۆ شکاندنی عیلەتەکان

س: بەخشندەیی، بۆ کردنەوەی دەرگای ئیشەکان

ش: شایستەبوون، بۆ گەیشتن بە لوتکە

ص: ڕاستگۆیی

چ: تەحەمول کردنی زیان و زەرەر

گ: نیەت پاکی لەو ئیشەی کە ئەنجامی دەدەین

ڤ: زولّم نەکردن و مەزلّوم نەبوون

ع: کردار بە زانین و زانیاری

غ: هێز و ئیرادە و توانایی سەبارەت بە ئامانجەکان

ف: بوونی بیرۆکەی گەورە لە مێشکدا

ق: ڕێزگرتنی هەموو لایەك

ك: کامڵ بوون و پێگەیشتوویی

گ: لێبوردەیی

ل: پەیوەست بوون بە ئیمان و بەهێزی بەردەوام

م: کێشەکان وەکو چکلێت سەیر بکرێت.

ن: نەبوونی ترس و دڵەڕاوکێ لە هەوڵدان

و: پشت بەستن تەنها بە خوداوەند، پاشان بە خۆمان

ه: بوونی ئامانجێکی ورد و دروست

ی: بەدەستهێنانی ڕێگەیەکی ڕاست، بۆ گەیشتن بە ئامانج

هەرکاتێك کەسێکت بینی سەرکەوتنی بەدەست هێنا،بەڵام تۆ بەدەستت نەهێنا، ئەوە بزانە ئەو کۆمەڵە ئیشێکی کردوە کە تۆ نەنجامت نەداوە.

(شیرینی سەرکەوتن)

دەڵێن ڕۆژێکیان مەلای مەشهورە دەڵێت بە هاوسەرەکەی: شیرینیێکم بۆ دروست بکە کە وەکو شیرنی دەوڵەمەندەکان بێت.

هاوسەرەکەشی دەڵێت: (ئاردی گەنمان نیە)

مەلا دەڵێت: (ئاردی جۆ بەکار بهێنە)

هاوسەرەکەی دەڵێت: شیرمان نیە.

مەلا وەڵام دەداتەوە: (شیر و شەکری ناوێت)

هاوسەری مەلا دەست دەکات بە ئیشەکە و بە ئاردی جۆ و ئاو، بەحساب شیرینی دروست دەکات. مەلا پاش خواردنی تێك دەچێت و دەڵێت: (ئای ئەو دەوڵەمەندانە چەند سەلیقەیەکی ناخۆشیان)

دەرەنجام: سەرکەوتن وەکو دروستکردنی شیرینییە: کەرەستەی سەرەتایی، بەرنامەڕێژی و ڕەچاوکردنی قۆناغ بە قۆناغی دروست کردن و پێویستیەکانی دەوێت.

کەرەستەی سەرەتایی کێکی سەرکەوتن بریتیە لە: بوونی نامانج، بەرنامەڕێژی، هەنگاونان، ئارامی و بەردەوام، وانە فێربوون لە شکستەکان و هەڵەکان، و لە کۆتاییدا پێداگیری تاوەکو گەیشتن بە دەرەنجام.

بوونی هەریەك لەو کەرەستانە بنەمای پێکهێنەری شیرینیێکی بەتام و چێژن. ئەگەر هەرشتێك کەمی تێدا خەرج بدەین و کەمی بۆ دابین بکەین ئەوا دڵنیابە دەرەنجامێکی باشی نابێت و ئێمە هەرگیز ناتوانین چێژی شیرینی ڕاستەقینە بچێژین.

کڵپــە گــەورەکانی نــاگر بــەهێزی بریســکەیەکی بچوکەوە دروست دەبن.

(دانتە)

(شتێکی زیاتر لە هیچ شتێك)

ڕۆژێکیان مشکێکی بیابانی وتی بە شەمشەمە کوێرەیەکی پیر کێشی کلۆیــەك بــەفر چەندە. شەمشەمە کوێرەکە وەلاّمی دایەوە: (کێشی شتێکە زیاترە لە هیچ شتێك!)

شەمشەمە کوێرە بەردەوامی پێدا و وتی: (ڕۆژێکیان لە کـاتی بـارینی بـەفر لەسـەر لقێکی سنۆبەرێك دانیشتبووم و خەریکی پشودان بـووم، خـەریکی ژمـاردنی ئـەو کلـۆ بەفرانە بووم کە یەك بەیەك دەبارینە سەر لقی درەختەکە. گەیشتمە ژمارەیەکی نزیکەی ٣ میلۆن و ٤٧١ هــەزار و ٩٥٢ کاتێـك کلۆیــەکی دیکـە نیشـتە سـەر لقەکـە. لقـی درەختەکە تەقەیەکی کرد و لە پڕێکدا شکا و مـن و بەفرەکـە کـە بـە لقەکـەوە بـووین کەوتینە خوارەوە، بەڵێ خۆشەویستم،کێشی کلۆیەك بەفر شتێکە زیاترە لە هیچ شتێك)

سەیری بەرد تاشێك بکە بزانە چۆن دەدات لە بەردێك. لەوانەیە سـەد جـار بدات لە بەردێك، بەبێ ئەوەی دەرەئەنجامێکیشی دەست بکەوێت،بەلاّم لـە لێدانی سەد و یەکەمدا بەردەکە دەبێت بە دوو بەشەوە و من ئەوە دەزانم کە ئەوە دواهەمین لێدان نیە کە بەردەکە دەکات بە دوو بەشەوە، بەڵکو ئەوە دەرەئەنجامی هەوڵدانێکە کە پێشتر دەستی پێ کردوە.

(ژاکوب ئەی ریس)

(جادوی بیرکردنەوەی گەورە)

چەند سالێك پێش ئێستا لە دانیشتنێکی بەرێوەبەرەکانی فرۆشتنی یەکێك لە کۆمپانیاکان بابەتێکی زۆر گەورە و کاریگەریم بەرچاو کەوت. سەرۆکی بەشی خستنەڕووی بازاڕی کۆمپانیا، بە شەوق و هەیجانەوە چاوەڕوانی دەستپێکردنی وتارەکەی بوو. ئەو دەیویست خاڵکی گرنگ باس بکات. لەلای ئەو لە شوێنی وتاردانەکە، سەرکەوتووترین نوێنەری کۆمپانیا بە شێوە و ڕوخسارێکی زۆر ئاساییەوە وەستا بوو. ئەو نوێنەری کۆمپانیایەك بوو کە توانی بووی داهاتی فرۆشی خۆی لە ساڵی پێشوتر بگەیەنێتە ٢٥ هەزار دۆلار، لەکاتێکدا کە داهاتی نوێنەرکانی دیکە نزیکەی ٥ هەزار دۆلار بوو.

سەرۆکی بەشی خستنەڕووی بازاڕ، ئەندامەکانی گروپەکەی بانگهێشت کرد و وتی: (حەز دەکەم سەیرێکی وردی هێری بکەن. سەیری بکەن و پێمی بلێن هێری تۆ چ تایبەتمەندێکت هەیە کە ئێمە نیمانە؟ هێری چۆن توانی داهاتی خۆی پێنج ئەوەندەی داهاتی ئێوە پەرە پێ بدات، بەلاّم ئایا پێنج ئەوەندەی ئێوە زیاتر زیرەکترە؟ بێ گومان نەخێر، بەهۆی ئەو نمونانەی کە لەخستنەڕووی بازاڕی کارمەندەکانی دیکە لە بەردەستمدایە و من لێکۆڵینەوەم لەسەر کردوون، زیرەکی (هێری) لەچاو هاوکارەکانی دیکە لە ئاستێکی ناوەندیتردایە.

ئایا هێری پێنج ئەوەندەی ئێوە ئیشی کردوە؟ نەخێر، ڕاپۆرتەکان دەرخەری شتێکی لەو بابەتە نین. ڕاستیت بووێت هێری لە زۆربەی ئێوە زیاتر ئیجازەی وەرگرتووە. ئایا لۆژیکی کاری هێری باشترە؟ دووبارە دەبێت ئەوە بڵێم کە نەخێر، بەپێی ئەو ئامارانەی

کە هەیە هەموو ناوچەکان کەم تازۆرێك یەکسانن. هێـری بەرهـەمێکی زیـاتری هەیـە؟ تەندروستترە؟ دیسانەوە نەخێر. هێزی بەتەواوی مرۆڤێکی ئاسایییە هەڵبەتە جگە لـەوەی کە شتێکی تایبەتی هەیە))

جێگری بەڕێوەبەر وتی: (ئەو جیاوازیەی کە لەنێوان ئێوە و هێری دایـە، ئەوەیـە کـە ئەو پێنج ئەوەندەی ئێوە گەورتر لە ئێوە بیر دەکاتەوە)

لە درێژەی قسەکانی دا باسی ئەوەی کـرد کـە سـەرکەوتنی کەسـەکان پـێش ئـەوەی پەیوەست بێت بە ڕێژەی زەیرەکیانەوە پەیوەستە بە ئاستی فکری و بیرکردنەوەیانەوە.

بەڵگەی ڕاستەوخۆ و حەقیقی، یەك لەدوای یەك دەرخەری ئەو ڕاستیەیە، کە بڕی پارە لە حسابی بانکدا، دەرخەری پێوەری خۆشحاڵی و خۆشی ژیانی تاکەکانە و پەیوەستە بەو کەسانەی کە زیاتر ئیمانیان بەخۆیان هەیە: (لە گەورە بیرکردنـەوەدا سـیحرێکی گـەورە شاردراوەتەوە)

(دیڤید شوارتز)

(کێشەی هاوڕەنگ نەبوونی کۆمەڵ)

(ئـەریك ئەسـکیمۆ) بـەهۆی یارمەتیەکانیـەوە لـە دۆزینـەوەکانی جەمسـەرەکان بانگهێشت دەکرێت تاوەکو سەردانێکی کورتی شاری نیۆیۆرك بکات.

ئەسکیمۆ لە بینینی ئەو دیمەنە دلڕفێن و بێستنی دەنگـە دەنـگ و ژاوە ژاوەی شـار توشی تۆقین و سەر سوڕمان دەبێت، کاتێك کە دەگەڕێتەوە بۆ گوندەکەی خۆی، پێناسـە و باسی ئەو بینایانە دەکات کە چوون بەناو ئاسماندا. باسی ترامواى ناو جادەکـانی شـار دەکات و دەڵێت وەکو ماڵێکی جولاو وان کە لە کوێرە ڕێگەیەکدا لە حاڵەتی ڕۆیشـتندا بن و سەرنشینەکانی سەرەڕای جوڵە خێراکەی بەبێ هیچ بیرکردنەوە و خـەمێك لەناویـدا دەژین. لەبارەی پردە گەورەکان و ڕوناکی شەوەکان و جوانییە سەرنجڕاکێشەکانی دیکـەی شارەوە کۆمەڵە چیرۆکێك دەگێڕێتەوە.

خەڵکی زۆر بە ساردی و سڕی گوێی بۆ دەگرن و ڕێگەی خۆیان دەگرنە بـەر و دەڕۆن. ئەوەندە نابات خەڵکی نازناوی (درۆ...ی گـەورەی پـێ دەبەخشـن). ئـەو ئـەم نازنـاوەی تاوەکو ئەو کاتەی چووە ناو گۆڕەکەیەوە لەگەڵ خۆیدا ڕاکێشا.

لەسەفرێکی دیکە کە دکتۆر (نادر ئەلموسین) ئەنجامی دا بـۆ ناوچـە جەمسـەریەکان، ئەسکیمۆیەك بەناوی (میتك) لەهەمان گوند ڕێنـوێنی دەکـات. میتـك پـاش ڕێنـونی کردنی ئەو دکتۆرە لەسەر بانگهێشتی دکتۆر دەڕوات بـۆ کۆپنهـانگ و نیۆریـۆرك و بـۆ یەکمجار وەکو هەمان هاونیشتیمانیەکەی دیکەی پێشوتر کۆمەڵە شتێك دەبینێـت کـە دەکەوێتە ژێر کاریگەریەوە.

بەلاّم لەکاتی گەڕانەوەی بۆ گوندەکەی (درۆزنــی گــەورەی) بــیر دەکەویتــەوە و بڕیــار دەدات کە حەقیقەکەتەکان باس نــەکات و لــەبری ئــەو باســانە کۆمەڵــە باســێکیان بــۆ بگێڕێتەوە کە بتوانن لێی تێ بگەن و بەم شێوەیە دەتوانێت حەیای خۆشی بپارێزێت.

بۆیە باسی بەلەمێکی بچوکی وەکو بەلەمەکانی خۆیان دەکات کە چۆن دەچنە ناویەوە و هەموو بەیانێك دەڕۆن بۆ ڕاوی قاز و مراوی و بەرازی ئاوی، بۆیە باسەکانی زیــاتر لــەو شێوە باسانەن کە کە ئەوان لێی تێ دەگەن.

بۆیە (میتك) لەلای خەڵکی ناوچەکەی، بە کەســێکی ڕاســتگۆ دادەنرێــت و ڕێزێکــی زۆری لی دەگیرێت.

دەرەئەنجام: زۆرجار ئامانج و بەرنامە گەورەکانت بۆ خــەڵکی، بــە بچــوك و بــێ مانا و نەزانانە لێکدەدرێنەوە. زۆرجار تاوانبار دەکرێت بە کەسێکی خەیاڵاوی و شــێت. پێویستە ئەو حەقیقەتت لەبیر بێت کە (هەرکەس بە پێوەری ئاستی ئەندێشە و گەورەیی بیرکردنەوەی خۆی کاروبــاری (مــومکین) یــان (نــاممکین) دەســازێنێت). ئــەوەی کــە گەورەیی و فراوانی بە ئامانجی خۆی بزانێــت توشــی ڕێگــری زۆرتــر و زیــاتر دەبێــت، و یەکێك لە گرنگترین ئەو ڕێگریانە، گاڵتەجاڕی و فشاری زۆربــەی ئــەو کەســە بەحســاب دڵسۆزە سلبی بیرکەرەوانەیە کە لە هەموو شوێنێکدا بوونیان هەیە، و هیچ شتێکی جگە لە خوێندنی ئایەتی ئائومێدی نازانن و شارەزا نین.

کەسێك ئەگەر ئازایەتی هەبێت لە حوکمی
(زۆرینە)دا یە.

(شانازی)

نە ڕەخنەگر بە گرنگ دادەنرێت و نە کەسێکیش کە هەڵەکانی پیاوێکی بەهێز باس بکات، یان کەسێك کە باسی ئەوە بکات ئەو دەیتوانی باشتر ئەنجامی بدات ئەگەر بیکردایە.

شانازی بۆ کەسێکە کە کرداریەن لەناو ململانێدایە و دەموچاوی تەپوتۆزاوی و عارقاوی و خوێنین بێت.

کەسێك کە ئازایانە هەوڵ دەدات کەسێکە چەندین جار هەڵە دەکات چەندین جار شکست دەخوات (چونکە هیچ هەوڵدانێك بەبێ شکست و هەڵە نابێت) ئەو کەسەی کە فیداکاری دەناسێت، ئەو کەسەی کە خۆی بۆ کارێکی بەهادار تەرخان دەکات، کەسێکە بەباشی دەزانێت کە دەرەئەنجام سەرکەوتن چاوەڕێی دەکات.

کەسێکیش کە دەزانیت لە خراپترین بارودۆخدا توشی شکست و تێکشکان دەبێت، و بەردەوام ترسی لە سەرکەوتن و دەرەئەنجامی کارەکانی هەیە و هەمیشە گومانی لە هەموو شتێك هەیە، هەرگیز بەراورد ناکرێت لەگەڵ ئەو کەسەی کە ئاماجەکانی بەڕوونی دەبینێت سەرەڕای هەموو ئەو کۆسپانەی کە لەبەردەمیدان.

(رۆزفێلت)

ئێمە پێویستمان بەو پیاوانە هەیە کە بیر لـە شـتێك بکەنـەوە کـە پـێش ئـەوان کـەس بـیری لـەو شـتە نەکردبێتەوە.

(جۆن ئێف کەنەدی)

(دروستکردنی پێشینە)

لەساڵی ١٩٣٩ سوپای سۆڤیەت، ولاتەکانی بەلتیك لەوانـە لیتوانیـای خسـتە سـەر یەکێتی سۆڤیەت.

کۆنسۆڵی دووەمی ئەمریکا لە (ریگا) لە پایتەختی لیتوانیا، ئاگـاداری بارودۆخەکـە بوو. ئەو بێتاقەتی ئەوە بوو کە نـەدەبوو سـەربازەکانی سـۆڤیەت بنکـە سـەربازیەکانی مانگی سوری ئەمریکا تالان بکەن.

تەلەگرافێکی کرد بۆ وەزارەتی دەرەوەی ئەمریکا بۆ ئەوەی رێگەی پێ بـدەن تـاوەکو ئـالای ئـەمریکا لەسـەر بنکـەکانی مـانگی سـوری ئـەمریکا هـەڵبکات، تـاوەکو عەمبارەکان و پێویستیەکان بپارێزرێن. بەلام وەلامـی بەرپرسـی وەزارەت بـەم شـێوەیە بوو:

(کارێکی لەو شێوەیە پێشینەی نەبووە)

کۆنسۆڵی دووەم، لەو شوێنەی کە مەبەستی بوو ئالاکانی هـەڵکرد و پاشـان هـەواڵی نارد بۆ وەزارەتی دەرەوە:

(لە ئەمرۆوە پێشینەیەکم دروست کرد)

ئەو مرۆڤانەی کە خاوەنی رۆحێکی گــــەورەن بــەردەوام رووبــەڕووی کەســانی بچــوك و بــێ عەقڵ و نەزان دەبنەوە.

(ئەلبێرت ئەنشتاین)

(یەکەمین کەس بە)

غاندی ڕێبەری گــەورەی هیندســتان بــۆ ســەربەخۆیی ولأتەکــەی ســتراتیژی (نــا بــۆ توندوتیژی) گرتەبەر. گاندی باوەڕی وابوو:

(توندوتیژی هەرگیز توندوتیژی لەناو نابات بەڵکو زیاتری دەکات)

(جی.بی. کریپالانی) ئەو مێژوونوسەی کە دواتر بــوو بــە یــەکێك لــە هاوکارەکــانی گاندی، دەڵێت:

کاتێك کە بۆ یەکەم جار ئەو وتارانەی گاندیم بیست، بەشێوەیەك توشی شۆك بووم کە بەبێ وەستان چووم بۆ لای و وتم: (بەڕێز گاندی، تۆ لەوانەیە ئینجیــل یــان (بهــا گــاواد گیتا) باش بناسیت بەلأم هیچ نازانیت لە مێژوو. هەرگیز هــیچ نەتەوەیــەك نــەیتوانیوە بەبێ توندوتیژی بگات بەسەرکەوتن و ئازادی)

گاندی بە نەرمی و بە زەردەخەنەوە بەم شێوەیە ئامۆژگاری کردم:

(تۆ هیچ نازانیت لە مێژوو، یەکەمین شت کە دەبێت لە مێژوو فێری بــبین، ئەوەیــە کە نەبوونی ڕوودانی شتێك لە ڕابردوودا بەو مانایە نیە کە لە ئایندەشدا ڕوو نادات.)

لەم سەردەمی پێشکەوتنە سەرسوڕهێنەرەدا، هیچــکەس ناتوانێــت بانگەشــەی ئــەوە بکات لەبەر ئەوەی کە بیروباوەڕێك بوونی نەبووە و نیە بــێ بەهایــە. ئــەم بیرکردنــەوەی تــۆش لەگــەڵ رۆحــی ســەردەمی ئێمــەدا ناگونجێت.هــەموو ڕۆژێــك شــایەتی کۆمەڵــە ڕووداوێکین کە هیچ سەردەمێك بە خەیاڵدا نەهاتوون، نامومکینەکانی هــەموو ڕۆژێــك دەگۆڕدرێن بۆ مومکین.

(سەرناکەویت، ئەگەر نەجوڵێیت)

ڕۆژێك ئەبو سەعید ئەبوالخیر بڕیار بوو لە مزگەوتێك وتار بدات. خەڵکی لە هەموو گوندەکانی دەوروبەر زانیان ئەبو سەعید وتار دەدات بەرەو ئەو مزگەوتە هاتن. لە مزگەوتەکە شوێن نەما بۆ دانیشتن و کۆمەڵێکیش لە دەرەوە وەستا بوون.

خوێندکارێکی ئەبو سەعید ڕووی کردە خەڵکەکە و وتی: (خێرتان دەگات هەر کەسێك لە بەر خۆیەوە هەنگاوێك بڕواتە پێشەوە!)

خەڵکیش ڕۆیشتنە پێشەوە. پاشان سەرەی وتارەکەی ئەبو سەعید هات.

ئەبو سەعید ئامادە نەبوو وتار بدات و وتی: هیچ قسەیەکم نیە بۆ کردن.

خەڵکەکە زۆر بە سەرسوڕمانەوە پرسیان و وتیان: (بۆ مەگەر دەبێت! ئەم هەموو خەڵکە بۆ بیستنی وتاری تۆ هاتوون کەچی وتار نادەیت. بەڵام دیسانەوە هەر ئەبوسەعید سور بوو لەسەر قسەی خۆی. کاتێك هەر سووربوو لەسەر بۆچوونەکەی سەیرێکی دەووروبەرەکەی کرد و وتی:

(هەموو ئەو قسەیەی کە ویستم لەماوەی کاتژمێر و نیوێکدا بیکەم، خوێندکارەکەم کردی. ئەو وتی: (لەو شوێنەی کە وەستاون یەك هەنگاو بڕۆنە پێشەوە منیش، ویستم نزیکەی کاتژمێرێك ئەو قسەیە بکەم پوختەکەی ئەوە بوو کە ئەو خوێندکارەم وتی هەستن و بڕۆنە پێشەوە.)

بۆ گەیشتن بە ئامانج، دەبێت بە کردار، بجولێیت و هەنگاو بنێیت
(هەنگاو بەهەنگاو تاوەکو لوتکە)

هه‌ژار له پارویه‌كه‌وه بۆ پارویه‌كی دیكه بیر ده‌كاتــه‌وه،كرێكار له ڕۆژێكه‌وه بــۆ ڕۆژێكــی دیكه،كارمه‌نــد لــه ســالێكه‌وه بــۆ سالێكی دیكه، شا لــه ده ســالەوه بــۆ ده ســالی دیكه،بــه‌لام ئیمپراتۆر بۆ سه‌ده‌یه‌ك بیر ده‌كاته‌وه.

(په‌ندێكی چینی)

(ئاینده بینین)

ڕۆژێكی به‌هاری سارد و شێدار، شه‌یتانۆكه‌یه‌ك به‌ دارێكی گێلاسێكدا ســه‌رده‌كه‌وت. كۆمه‌ڵێك چۆله‌كه له‌سه‌ر دره‌ختی نزیك له‌ داره‌كه‌وه نیشتبوونه‌وه، گاڵته‌یان پێ ده كرد. یه‌كێكیان به‌ ده‌نگێكی به‌رز وتی:

(ئه‌ها، داماوی زمان به‌ستراو، ئه‌وه بۆ كوێ ده‌ڕۆیت؟)

یه‌كێكی دیكه‌یان هاواری كرد: (بابزانم بۆچی به‌و دره‌خته‌دا سه‌ر ده‌كه‌ویت؟)

دواتر كاتێك باڵنده‌كان قسه‌ی یه‌كتریان ده‌بڕی، هه‌موو به‌ یه‌ك ده‌نگ وتیان:

(گێلاس نیه‌ به‌و دره‌خته‌وه)

شه‌یتانۆكه‌كه وه‌لامی دایه‌وه: كاتێك گیشتمه سه‌ره‌وه، هه‌ر چه‌ند گیلاسێكم ده‌ست ده‌كه‌وێت.)**ده‌ره‌ئه‌نجام:**

كاتی به‌رنامه‌ڕێژی بۆ بیست سالی ئاینده، ئێستایه نه‌ك بیست سالی دواتر. ئه‌گه‌ر ئێستا ده‌ست به‌كار نه‌بیت ئه‌وا بیست سالی دیكه ده‌ڵێت: خودایــه خۆزگــه ئــه‌و ئیشــه‌م بكردایــه. كلیلــی سه‌ركه‌وتن توانای بینینی كاریگه‌ری كرداره‌كانه له ئاینده‌دا.

(ئه‌نتۆنی رابینز)

ئەگەر بە هەلومەرجی خراپ عادەت بکەیت و
خوی پێوە بگریت، ئیدی ناتوانیت ئەو خوە
بگۆڕیت.

(هێلن کۆلەر)

(جوڵە تاوەکو ڕادەی دیاری کراو)

شارەزایانی بواری گیاندارە بچوکەکان، لەکاتی لێکۆڵینەوەکانیان لەسەر کێچ هەستیان بە توانای پێشبینی و خویەکی سەیری کێچ کرد. کاتێك کە بۆ یەکەمجار کێچێك دەخەنە ناو قاپێکەوە، ڕاستەوخۆ لەناو قاپەکەدا دەپەڕێت بۆ دەرەوە، چونکە هەموو کەس دەزانێت پەڕین و تەکانی کێچ چەندە بەهێزە.

شارەزایان کێچێکیان خستە ناو هەمان قاپەوە و ئەم جارە سەریان نایەوە، لەم کاتەدا، دیسانەوە کێچەکە دەست دەکاتەوە بە جوڵە و خۆ هەڵدان، و گومانی تێدانیە کە چەندین جار خۆی دەدات لەسەر قاپەکە، کاتێك کە سەیری جوڵە و لێدانی کێچەکە دەکەیت، ئیدی لە کاتی دووبارەبوونەوەی بەشێوەیەك خۆی هەڵ نادات کە خۆی بدات لە ژێر سەری قاپەکە.

لەم کاتەدا سەر قاپەکە لادەبەن کێچەکە دیسانەوە بە پەڕینی خۆی بەردەوامی دەدات، بەلاّم هەرگیز خۆی هەڵ ناداتە دەرەوەی قاپەکە و تەنها ئەوەندەی ئاستی سەر قاپەکە بەرز دەبێتەوە کە نەدات لە بنی سەرەکەی.

هۆکاری ئەم کارە سادەیە ئەوەیە کە کێچەکە بەو پێوەرەی پەڕین و جوڵە خوی گرتووە و عادەتی کردوە، بۆیە ئیدی لەوە زیاتر ناتوانێت بفرێت.

ئایا ئێمەش وەکو کێچ ئیش دەکەین؟ ئێمەش خۆمان بە پێوەرێکی دیاری کراو لە پەڕین و جوڵە لە ژیاندا ڕاهاتووین و عادەتمان کردوە.

(ترووەکانی تروەشێن)

گرفتـی ئیشـی ئێمـه ئەوەیـە کـە ئێمـە هەمیشـە مرۆڤـە سەرکەوتووەکان لەبەر سەرکەوتنەکانیان بیرمان دەکەونەوە نەك لەبەر شکستەکانیان.ئێمە هەمیشـە لەبـەر ئـەوە ئەدیسـۆنمان لەبیرە چونکە توانیویەتی گڵۆپێك دروست بکات، نـەك لەبـەر ئـەوەی کـە هـەزاران جـار گڵۆپـەکانی سـوتان و هـیچ دەرەئەنجامێکیان نەبوو.

(پـرســیار)

لە تاقیکردنەوەیەکدا دە پرسیار درا بە چەند کەسـێك، تـاوەکو حـەلیان بکـەن. ئـەم کەسانە پاش ماوەیەك لە هەڵسـەنگاندن و شـیکارکردنی پرسـیارەکانیان، بیروبۆچـوونی خۆیان خستەڕوو.

لێکۆڵەرەوەکان بۆ ئەوەی بزانن ئەزموونی ڕاست یان ناڕاست تاکو چـەند کاریگـەری هەیە لەسەر کارکردنی ئایندەی ئەو کەسانە، دەرەئەنجامی تاقیکردنەوەکـەیان بەڕاسـتی نەخستەڕوو. بەمانایەکی دیکە، کاری نیوەی ئەو کەسانەیان بە ڕاست خستەڕوو، وتیـان بـە کۆمـەڵێکیان لـە ۱ پرسـیاردا حـەوت پرسـیارتان بـە ڕاسـت وەڵام داوەتـەوە. و دەرەئەنجامی تاقیکردنەوەی کۆمەڵەکەی دووەمیشان بە ناڕاست خسـتەڕوو و وتیـان لـە ۱۰ پرسیار حەوت پرسیارتان بە هەڵە وەڵام داوەتەوە.

جارێکی دیکە ۱۰ پرسیاریان خستنەوە بەردەست ئەو دوو گروپە. ئەو کۆمەڵەیەی کە پێیان وترابوو حەوت وەڵامتان ڕاست بوو، ئەم جارە لەچاو جاری پێشـووتر وەڵامکـەیان

باشتر و ڕاستتر دابوویەوە، و ئەو کەسانەشی کە واپیشاندرابوو کە وەڵامەکەیان نەزانیوە، بەڕاستی وەڵامەکەیان لە جاری پێشو خراپتر بوو.

دەرەئەنجام:

ئەگەر لە ڕابردوو دا شکستت خواردووە، نابێت هیچ کات لە ئایندەشدا وا بیر بکەیتەوە کە بەو شێوەیە دەبێت. ئـەوەی کـە ساتێك لەمەوبەر، دوێنی، شەش مانگی پێشوتر، ١٦ ساڵ پێشتر ڕوویداوە، بەهیچ شێوەیەك گرنگ نیە و بەو مانایە نیـە، کـە لـە ئایندەشدا هەر بەوشێوەیە دەبێت. لە تێکڕای ژیاندا، ئاینده هیچ کاتێك لەگەڵ ڕابردوودا وەکو یەك نیە.

(ئەنتۆنی ڕابینز)

وەکو چۆن تیر وەشێنێك، تیرەکانی خۆی دەتاشێت و سـافی دەکات، هـەموو مـرۆڤێکیش دەتوانێـت بـیر و خـەیاڵی تێکچووی ئاڵۆزی خۆی چاك بکات و ئاراستەی بکات.

(بودا)

(تەرکیز کردنە سەر ئامانج)

پیاوێکی پیری عـاقڵی تیر وەشێن لەناو کێڵگەیەکـدا خـەریکی ڕاهێنـانی دوو گـەنجی شەڕکەر بوو لەسەر تیر و کەوان. لـەناو کێڵگەکـەدا درەختێکـی لـێ بـوو نیشـانەیەکی بچوکیان پیادا هەڵواسی بوو.

گەنجی یەکەم تیرەکەی دەردەهێنێـت و دەیخاتـە نـاو کەمانەکەیـەوە و خـۆی ئامـادە دەکات.

وەستای پیر پرسیار لە گەنجەکە دەکات چی دەبینیت لە نیشانەکە بۆم باس بکە.

گەنجەکەش دەڵێـت: (ئاسمـان دەبیـنم، هـەورەکان، درەختـەکان، لقـی درەختـەکان و نیشانەکە)

وەستای پیر دەڵێت: (کەوانەکەت لەسەر زەوی دابنێ، تۆ ئامادە نیت)

شەڕکەری دووەم خۆی ئامادە دەکات و تیرەکـەی ئاراسـتە دەکـات. وەسـتا دەڵێـت: (بزانە چی دەبینیت بۆم باس بکە) گەنجەکە دەڵێت: (تەنها ئامانجەکە دەبینم)

وەسـتا فـەرمان دەدات: (کەواتـە تیرەکـەت بوەشـێنە) تیرەکـە ڕێـك دەنیشـێت بـە نیشانەکەوە.

وەستای پیر دەڵێت: (زۆر باش بوو،کاتێك کە تـەنها ئامـانج دەبینیـت، نیشـانەکەت ڕاست دەبێت و تیرەکەت بە حەزی خۆت ئەو شوێنە دەپێکێت کە مەبەستە.

تەرکیز لەسەر بیر و ئەندێشە و ئامانج بە ئاسانی دەست ناکەوێت، بەڵام لێهاتویەکە کە دەتوانرێت بەدەست بهێنرێت و بەها و نرخی لە ژیاندا زۆر گەورە و بەنرخە.

ڕووبارێکی گەورە بێ ئامانج نیە بەڵکو ئاراستە و مەبەستی هەیە.
بۆیە ژیانێکی باشیش دەبێت ئامانجێکی دیاری کراوی هەبێت.
هەموو هێز و توانایەکیش دەبێت بەرەو شوێنێك ئاراستە بکرێت.
(گێرنویل کلینرەر)

(کێشەی نەبوونی تەرکیز)

پیرە پیاوێکی دەوڵەمەند ڕۆیشت بۆلای بەرەو حوزێکی ئاو و پارچە نانێکی لەناو قەمسەڵە گەورەکەی دەرهێنا و ورد وردی کرد، و تاوەکو ئەو شوێنەی کە دەیتوانی فرێی دایە ناو ئاوەکەوە.

(سۆنەکان) هەموو کۆ بوونەوە و لەسەر پارچە نانەکان کەوتنە گیانی یەکتر. بەڵام مراوی زۆر گرنگی بە مەسەلەکە نەدا، گوایە خواردنەکەی نەبینیوە و وەکو بڵێی خواردن لەگەڵ باڵندەی دیکە بە عەیبەی دەزانی، و وایدەزانی لە شەخسیەتی دادەبەزێت.

کابرای دەوڵەمەند وتی: ژیانی خەڵکی ئاسایی وەکو ژیانی ئەم سۆنانەیە. هەستی خەڵکی ئاسای هەموو ڕۆژێك هاوڕێکان، خزمەکان و تەنانەت خۆشیان پەرش و بڵاو دەکەن، و کاتێك کە هەستیان پەرتەوازە بوو، توشی لەبیرچوونەوەش دەبن. دواجار لە بیریان دەچێتەوە کە (ئامانجێکیان) هەیە.

ئەمڕۆ شتێکیان دەوێت، بەیانی شتێکی دیکە، بەشوێن ئیش و کاری ورد و بێ ماناوەن بەشێوەیەك کە خۆشیان نازانن خەریکی چین.

بەڵام مرۆڤە بەهێزەکان کە کەسانی بەئاگان، وەکو ئەو مراوییەن کە دەتوانرێت بوترێت نیشانەی گەورەیی و لێزانی و ژیرییە. ئەوانە (تەرکیز)یان هەیە. سەنگین و

گەورە لەناو چەقی بوونی خۆیانـدان و هـیچ شـتێك ناتوانێـت هەسـت و بیرکردنـەوەیان پەرتەوازە بکات.

ئیرادەی مرۆڤە ئاساییەکان لاوازە چونکە هیچ شتێك نین جگە لە بەشێك لە کۆمەڵـە خودێکی بچوك و جیاواز و زۆرجاریش دژی یەکتری.

(مارك فیشەر)

کەسێك کە لە ژیاندا ئامانجێکی تایبەتی نەبێت لـە نـاو دارسـتانی بڕیاردانی ڕەنگاو ڕەنگدا ون دەبێت کەسێك کە بیەوێت لە هـەموو شوێنێکدا هەبێت، لە هیچ شـوێنێکدا نابێت.تـەنیا پێویسـتە یـەك بڕیار، یەك ئامانج و یەك ئارەزووت هەبێت،بۆ ئـەوەی بتوانیـت لـە ژیاندا خۆشحاڵ بیت و بتوانیت سەرکەوتووبیت.

(تەنها یەك کورسی هەڵبژێرە)

(لوسیانۆ پاوارڤیتی) بـەهێزترین ئۆپێرێسـتی جیهانـە و درێـژەترین دەنگـی هەیـە دەڵێت: (لە سەردەمی منداڵی باوکی نانەواچیم منی ناساند بـە سـەر سـوڕهێنەریەکانی دەنگ.

باوکم هەمیشە پێداگیری لەسەر ئەوە دەکرد کە دەبێت دەنگم پەروەردە بکـەم، بۆیـە بەردەوام هەوڵی لەگەڵ دەدام و پێداگیری لەسەر ئەوە دەکردەوە کە دەبێت بەردەوام ئـیش بکەم.)

(ئاریکو پولا)ی گۆرانی بێژی خەڵکی ناوچەی خۆمان، ڕەزامەندی پیشاندا کە وەکـو خوێندکار لـەلای وانـەی دەنـگ بخـوێنم. لەلایـەکی دیکـەوە لـە زانکـۆی پـەروەردەی مامۆستایانیش ناوی خۆم نوسی چەند مانگێکم نەمابوو کە خـەریك بـوو زانکـۆ تـەواو بکەم لە باوکم پرسیم ئایا ببم بە مامۆستا باشە یان ببم بە ستران بێژ؟

بـاوکم وەڵامـی دایـەوە: (سـەیرکە کوڕەکـەم ئەگـەر بتـەوێت لەسـەر دوو کورسـی دابنیشیت، ئەوا دەبێت لـە ناوەڕاسـتیاندا دابنیشـیت ئـەو کاتـە دەکەویتـە خـوارەوە. هەڵبژاردن پێویستی ژیانە. تۆ تەنها یەك کورسی هەڵبژێرە)

(پاواروتی) لە درێژەی قسەکانی دا دەڵێت: (من یەکێکیانم هەڵبژارد، حەوت ساڵ لە خوێندن و هەوڵدانی بەردەوام و دووروو درێژی پڕ لە سەختی و قورسـی درێـژەی کێشـا

تاوەکو توانیم بۆ یەکەم جار لەبەردەم خەڵکدا دەرکەوم، ئینجا حەوت ساڵیش درێژەی کێشا تاوەکو توانیم برۆمە ناو گروپێکی ئۆپێراوە، بۆیە ئێستا وادەزانم گرنگ نیە مرۆڤ حەزی لەوەیە ببێت بەچی، هەرچێك تۆ حەزت لێیە، بەلاّم دەبێت ئاگادار بیت و خۆتی بۆ یەکلایی بکەیتەوە. (**پەیوەست بوون و بەرپرسیاریەتی قبوڵ کردن شای هەموو کلیلی کارەکانە. تەنها یەك کورسی هەڵبژێرە**).

ئەگەر لــە یەکــەمین هــەنگاو ســەرکەوتنمان بەدەسـت بهێنایە، ئیـدی هەوڵـدان و کۆشـش هـیچ مانایــەکی نەدەبوو

(موریس میتەرلینگ)

(بەردەوامی درێژە پێ بدە)

باڵندەی مێرولە خۆر کە لە وڵاتی ئەرجەنتین زۆر بەرچاو دەکـەون، هێلانەکـەی خـۆی وەکو تەنور دروست دەکات، هەر بۆیە لەو وڵاتە ئەو پەلــەوەرە بــە (مریشــکی تــەنور) بەناوبانگە.

چەند ساڵێك لەمەوبەر جووتێك لەو باڵندانــە لەســەر مینۆمــۆنتی جــوانی مەیــدانی شاری (بڤینۆس ئایرس)، لە قوڕ و گــەڵا دەســتیان کردبــوو بــە دروســتکردنی هێلانــەی تەنوری.

پاشان چەند کرێکارێکی شارەوانی ئەو ناوچــەیە ئــەو هێلانــەیان تێکــدا، باڵنــدەکان گەڕانەوە و دووبارە لە هەمان شوێندا دەستیان کردەوە بــە دروســتکردنی هێلانەکــەیان. دیسانەوە کرێکارەکان هێلانەکەیەیان تێکدایەوە.

باڵندەکان ساڵی دواتریش، دووبارە گەڕانەوە بــۆ هــەمان شــوێن و دووبــارە دەســتیان کردەوە بە دروستکردنی هێلانەکە. ئەم جارە هاوڵاتیــانی (بڤینــویس ئــایرس) فشــاریان دروست کرد بۆ کرێکارەکان کە نابێت بەهیچ شێوەیەك ئەو هێلانەیە تێك بدەن.

دەرئــەنجام: پرســیاری گــرنگ: ئێمــە چــەندە لــە ئــەنجامی کارەکانمانــدا سەرســەخت و بەردەوامین؟

> **هەرچی هونەری ژیان هەیە لەناو تێکئاڵاوی جوانی پێشکەوتن و بەردوامی و پایەدارییدا شاردراوەتەوە.**
>
> **(هاولاک ئەلیس)**

(ئامۆژگاریەکانی ئەدیسۆن)

ژیانی ئەدیسۆن پڕ بوو لە (ئامانج) بەلآم کاتێک کە لەبارەی دەستکەوتەکان و سەرکەوتنەکانیەوە قسەی دەکرد، دەیوت: دەتوانرێت هۆکارە گرنگەکانی داهێنانی لەم چەند هۆکارەی خوارەوە کورت بکرێتەوە:

١- دەبێت لەبارەی ئەوەی کە خەریکی چ ئامانجێکین و بەشوێن چ مەبەستێکەوە بین، زانیارێکی دیاریکراومان هەبێت.

٢- دەبێت هەموو بیر و مێشکی خۆمان بۆ بەردەوامی و تەرکیزی ئامانجەکەمان چڕ بکەینەوە و بەردەوام بەشوێن ئامانجەکەمانەوە بین.

٣- دەبێت بەبێ گوێدانە شکست، بەردەوام خەریکی جێبەجێ بوون و گەیشتن بە مەبەستی ئامانجەکەمانەوە بین.

٤- نابێت بکەوینە ژێر کاریگەری هیچکەس بۆ نمونە بلێین خۆ خەلکی دیکە ئەم ڕێگەیان گرتووەتە بەر بەبێ ئەوەی توانیبێتیان بگەنە مەبەست.

٥- دەبێت ئەوە قبوڵ بکەین کە ڕێگا چارەی پرسەکە لە شوێنێکدا بوونی هەیە، و ئەوە ئێمەین کە دەتوانین چارەسەری بکەین و بگەینە مەبەست.

مرۆڤـەکان کاتێـک زاڵبـوون بەسـەر دڵـسارەیەکانی خۆیاندا، پاداشتەکەی وەرگرن

(ئەنتۆنی رابینز)

(هەر داکشانێك هەڵکشانێکی هەیە)

یەکێك لە هاوڕێکانم تابلۆیەکی هەیە، لە نوسینگەکەی خۆیدا هەڵیواسـیوە. تابلۆکـە جوان نیە بەڵام مانایەکی قوڵی هەیە، بەلەمێکی نارێك پیشان دەدات کـە قەبارەکـەی سێ ئەوەندەی بەلەمێکی سەوڵ دەبێت.

دوو بەشی لەسەر لمی کەناری دەریاکـە چـەقیوە و ئاوەکـەش هەنـدێك دوور بەرچـاو دەکەوێت. هیچ شتێك ئەوەندەی چەقینی بەلەمێك لەناو گڵ و لمی کەنار دەریـا نـاخۆش نیە. نەدەتوانرێت ڕابکێشرێت و نەدەتوانرێت پاڵیشی پێوە بنرێت. بەلەمەکە زۆر قورسە و دوور لە ئاوەکە لەسەر لمەکە ماوەتەوە. لە خوار تابلۆکەوە نوسراوە:

(داکشان هەمیشە دەگەڕێتەوە)

و کاتێك کە داکشـان گەڕایـەوە، هـەموو شـتێك زینـدوو دەبێتـەوە، بەڵـەم لەسـەر شانەکانی دەڕواتەوە بۆ دەریا و لەسەر شەپۆلەکان سەما دەکات. لـە خـاوەنی تابلۆکـەم پرسی: (بۆچی ئەم تابلۆیەت هەڵواسیوە؟)

وتی: ئەم تابلۆیەم لەناو فرۆشگایەکی کۆنە فرۆش دا بینی.

ئەو کات بارودۆخم هیچ کات باش نەبوو، بـە نرخێکـی کـەم ئـەم تابلۆیـەم کـڕی، چونکە زۆر نائومێد بووم. بەڵام پەیامی ئەم تابلۆیە منی ئومێدەوار کردەوە و هیوایەکی گەورەی پێ بەخشیم.

هەرکاتێك سەیری ئەو تابلۆیە دەکەم هیوا و ئومێدم زیندوو دەبێتەوە. ئەو تابلۆیەم هەڵواسیوە تاوەکو هەمیشە ئەوەم بیر بخاتەوە، کە کێشەکان زوو تێدەپەڕن. داکشان هەمیشە بەردەوام نابێت زوو بێت یان درەنگ هەڵکشان دروست دەبێتەوە و هەمووشتێك دەگەڕێتەوە شوێن خۆی

(نۆرمان وینسنت بیل)

سەختی و دژواری بیانویەکە مێژوو هرگیز قبوڵی ناکات

(ئەندێشەکانی بەڕێوەبەردن)

(٤٠ بڕوبیانوی دیار و بەربڵاو)

کەسە ناسەرکەوتووەکان تایبەتمەندێکی هاوبەشیان هەیە: بەردەوام خەریکی هێنانەوەی بڕوبیانوی بێمانان، و کێشە، هەلومەرج و بابەت و هۆکارە دەرەکیەکان بە بەرپرسی شکست و نەبوونی سەرکەوتنی خۆیان دەزانن. یەکێك لە شارەزایانی ئەم بوارە کە لەبارەی کەسایەتی مرۆڤەکانەوە لێکۆڵینەوە دەکات پێرستێکی لەبارەی باوترین بڕوبیانو و عوزرەکانی کەسانی سەرنەکەوتو ئامادە کردوە.

بزانە کاتێك تۆش ئەم پێرستانە دەخوێنیتەوە، کام لەم بڕوبیانوانە دەهێنیتەوە، لە کاتی ئەنجامدانی ئێشکدا.

بەلاّم مرۆڤە سەرکەوتووەکان سەرەڕای ئەو هەلومەرج و توانا سنوردارەی کە هەیانە دەتوانن ئەوەی کە بیانەوێت بەدەستی بهێنن. ئایا بەڕاستی تۆش حەز دەکەیت وەکو کەسانی سەرکەوتوو بیت؟

کورتەیەك لە لیستی بڕوبیانوە باوەکانی کەسە شکست خواردوەکان:

١- ئەگەر من هاوسەر و خێزانم هەبووایە

٢- ئەگەر بەپێی پێویست واسیتەم هەبووایە

٣- ئەگەر ڕاهێنانێکی باشم هەبووایە

٤- ئەگەر بم توانایە ئیشێکی باشم پەیدا بکردایە

٥- ئەگەر لەش ساغ دەبووم

٦- ئەگەر بەس کاتم هەبووایە

٧- ئەگەر هەلومەرجم بگونجایە

٨- ئەگەر خەڵکی لێم تێدەگەیشتن

٩- ئەگەر پێگە و شوێن و کاتی من جیاواز دەبوو

١٠- ئەگەر دەمتوانی ژیانم سەرلەنوێ بەڕێوەبەرمەوە

١١- ئەگەر لە قسەی خەڵکی نەدەترسام

١٢- ئەگەر چانسیان پێ دەدام

١٣- ئەگەر خەڵکی عەفویان دەکردم

١٤- ئەگەر شتێك ڕوونەدات

١٥- ئەگەر گەنجتر بوومایە

١٦- ئەگەر دەمتوانی ئەو کارەی کە ئەنجامی دەدەم بم کردایە

دابەزین لە شاخ زۆر ئاسانترە لە سەرکەوتن بەسەر شاخدا. بەڵام جوانترین دیمەنەکان تەنها لەسەر لوتکەکان و بەرزاییەکانەوە دەبینرێن

١٧- ئەگەر بە دەوڵەمەندی لەدایك بوومایە.

١٨- ئەگەر بمتوانایە کەسێکی گونجاوم پەیدا بکردایە

١٩- ئەگەر توانای هەندێك خەڵکم دەبوو

٢٠- ئەگەر جورئەتی دەرخستنم هەبوایە

٢١- ئەگەر سودم لە هەڵەکانی پێشوو وەرگرتایە

٢٢- ئەگەر خەڵکی مێشکیان تێك نەدایەم

٢٣- ئەگەر ناچار نەبوومایە ماڵداری بکەم

٢٤- ئەگەر سەرۆکەکەم هانی بدایەم

٢٥- ئەگەر بمتوانایە پارەیەکم پاشەکەوت بکردایە

٢٦- ئەگەر کەسێکم هەبوایە هاوکاری بکردمایە

٢٧- ئەگەر خێزانەکەم بیتوانایە لە من تی بگەن

٢٨- ئەگەر لە شارێکی گەورەتردا بژیمایە

٢٩- ئەگەر ئازادی کارکردنم هەبوایە

٣٠- ئەگەر بمتوانایە لە شەڕی قەرز ڕزگارم ببوایە

٣١- ئەگەر شکستم نەخواردایە.

٣٢- ئەگەر ناکۆك نەبوونایە لەگەڵمدا

٣٣- ئەگەر تاوەکو ئەم ڕادەیە نیگەران نەبوومایە

٣٤- ئەگەر بمتوانایە لەگەڵ کەسێکی گونجاودا هاوسەرگیریم بکردایە

٣٥- ئەگەر ناچارنەبوومایە ئەوەندە ئیشم بکردایە

٣٦- ئەگەر پارەکەم لەدەست نەدابایە

٣٧- ئەگەر بۆخۆم ئیشم بکردایە

٣٨- ئەگەر ڕابردوویەکی سەخت و دژوارم نەبوایە

٣٩- ئەگەر ئەستێرەی بەختم باش دەبوو

٤٠- ئەگەر دەمتوانی هاوکاری بکرێم

ساتەکانی ژیان بەبێ ئەوەی داوای لێ بوردنمان لێ بکات و بیانووەکانمان قبوڵ بکات، یان بزانێت تێ بگات لە مەسەلەی دادپەروەری و یەکسانی لە حاڵەتی گوزەردایە، تەنها مەسەلەیەکی گرنگ کە دەمێنێتەوە ئەوەیە کە ئێمە چۆن بتوانین ئەم یاریە کۆتایی پێ بهێنین. (ئەنتۆنی ڕابینز)

مــــن تـــاوەکو ئێســـتا مرۆڤێکــی ســەرکەوتووم نەبینیوە،ئەگــەر هەرچــیکی پــێ بووبێــت هــەمووی هەڵنەڕشتبێت لەبەردەم ژیاندا.

(ڤالتەرکرونکایت)

(پەیکەری سەرەڕای ئەوەی)

لە مەکســیك پەیکــەرێکی جــوان هەیــە نــاوێکی ســەیری هەیــە ئــەویش پەیکــەری (سەرەڕای ئەوەی). پەیکەرەکەیان بە شانازی دروستکەرەکەی ناوناوە، و لەبــەر ئــەوەش ئەو ناوەیان لیّ ناوە کە پەیکەرسازەکە لــە مــاوەی دروســتکردنی پەیکەرەکــەدا توشــی ڕووداوێك هات و دەستی ڕاستی خۆی لەدەستدا. بەلاّم ئەو سور بوو لەســەر ئــەوەی کــە دەبێت پەیکەرەکەی تەواو بکات و سەرەڕای کــەم ئەنــدامبوونی، هــەر کارەکــەی تــەواو کرد.

میلتۆن هەرچەندە نابینا بــوو بــەلاّم دەینوســی. بتهــۆڤن لەکاتێکــدا کــە کــەڕ بــوو دابەشکار و ئاواز دانەر بوو. هیلن کۆلەر هەرچەندە نابینا و کەڕیش بــوو وتــاری دەدا. رینوار لەکاتێکدا کە دەستەکانی توشی ڕۆماتیزمێکی سەیر بووبوون وێنەی دەکێشا.

پەیکەرسازە مەکسیکیەکەش پاش لەدەستدانی دەستێکی ئەو پەیکەرەی کە دەســتی پێکردبوو تەواوی کرد. مرۆڤەکان سەرەڕای نەبینین، نەبیســتن، کــەم ئەنــدامی و پــیری، هەژاری، کــەم تەمــەنی، ســەختی و نەخوێنــدەواری دەتــوانن زاڵــبن بەســەر ســەختی و دژواریەکاندا، و سەرەڕای ئەوەش دەکەونە پێش خەڵکی، کارەکان تــەواو دەکــەن. تــۆش دەتوانیت سەرەڕای سەختیەکان و کێشەکانت بگەیت بە ئامانج و هیواکانت.

(پلە بە پلە تاوەکو لوتکە)

(سەیری کاتژمێرەکەت نەکەیت)

(تۆماس ئەدیسۆن) سوڵتانی داهێنەرەکان، ڕۆژێکیان بەم شێوەیە وەڵامی پیاوێکی دایەوە کە خەریکی وەسفکردنی ئەو داهێنان و گەورەییانەی بوو: (لێهاتویی و زیرەکی تەنها ١٪ پەیوەندی بە ئیلهامی دەروونی و مێشکەوە هەیە، ٩٩٪ پەیوەندی بە هەوڵدان و زەحمەت و عارەق ڕشتنەوە هەیە)

هیچ کەس گومانی لە لێهاتویی ئەدیسۆن نیە. پیاوێك بوو، بە سەدان داهێنانی سەیر کە تەنها بە مێشکی کەسێکی لێهاتووی وەکو ئەو دا دەهات دروستی کرد، بەلام ئەدیسۆن خۆی باسی ئەوە دەکات کە دەستکەوتەکانی بەهۆی توانایی دەروونی و زاتی زیرەکیەکەیەوە نەبوون، بەڵکو بەهۆی ئەو هەموو زەحمەت و ماندووبوون و شەونخونییە وە بوو کە بەردەوام کاری لەسەر دەکرد.

لەبارەی هەوڵدان و قورسی و زەحمەتکێشی ئەدیسۆنەوە، چیرۆك و باسی زۆر هەیە.

ئەدیسۆن هەرجارێك دەستی دەکرد بە ئیش و تاقیکردنەوە، بەشێوەیەك سەرقاڵ دەبوو، کە خەو و خۆراکی لەبیر دەچوویەوە و ئاگای لە کاتژمێرەکەی نەدەما، کاتێك لێی دەپرسن نهێنی خۆشی چییە، دەڵێت:

(سەیری کاتژمێرەکەت نەکەیت)

ئەدیسۆن کە گومان دەکرا منداڵێکی تەمەڵ و تەوەزل بێت، لە قۆناغی سەرەتایی وازی لە قوتابخانە هێنا، بەلام بەهۆی هەوڵە بێ وچانەکانیەوە بووە سوڵتان و مەلیکی داهێنەرەکان.

(کرنوسوکی ماتسوشیتا، بەناوبانگترین داهێنەری سەدەی بیستەم لە یابان)

هەمووکەس هەڵە دەکات بەڵام ئەحمەق و نەزانەکان دووبارەی دەکەنەوە

(ئەندێشەکانی بەڕێوەبردن)

(لە کونێکدا دوو جار نەگەزرێیت)

(جیك) و (جو) حەزێکی لە ڕادەبەدەریان هەبوو بۆ ڕاوکردن. ئەوان پاش هەفتەیەك لە ڕاوکردن لە دارستانە دوورە دەستەکانی کەنەدا، چەند کەڵە گایەکی کێوی گەورەیان ڕاو کرد. کاتێك کە فڕۆکەکە ویستی بیانگەڕێنێتەوە بۆ شارەکەیان فڕۆکەوانەکە سەیرێکی بارەکەی کردن و بە بێتاقەتی و نیگەرانیەوە وتی: من ناتوانم ئەم هەموو بارە ببەمەوە، فڕۆکەکەم لە توانایدا نیە ئەم بارە قورسە هەڵگرێت.

جیك وتی: بەڵام ئەو فڕۆکەیەی کە پار ئێمەی بردەوە وەکو ئەم فڕۆکەیەی تۆ بوو. فڕۆکەوانەکە پرسی: بەڕاست؟ زۆر باشە ئەگەر ئێوە پارساڵ توانیبێتان ئەم کارە بکەن مانای ئەوەیە منیش دەتوانم ئەو کارە بکەم.

فڕۆکەکە لەسەر ئاوەکە بە بارە قورسەکەوە بەحاڵ توانی بفڕێت بەسەر دارستانەکەدا و پاش ڕۆیشتنێکی کورت خۆی دا لە شاخێك و کەوتە خوارەوە.

سەرنشینەکانی بە ساغ و سەلامەتی لەناو جەستە شکاوەکەی فڕۆکەکە هاتنە دەرەوە پاشان جو پرسی ئێمە لە کوێین؟

جیك بە واقوڕمانەوە سەیری ئەملا و ئەولای خۆی کرد و وتی: دڵنیا نیم بەڵام وابزانم نزیکەی کیلۆمەترێك لە پێش شوێنەکەی پارەوەین.

دەرەئەنجام: ئەگەر بەردەوام بیت لەسەر کارەکانی پێشووت ئەوا هەمان ئەو دەرەئەنجامەت دەست دەکەوێت کە پێشتر دەستت کەوتووە. براوەکان لە ئەزموونەکانی خۆیان و خەڵکی دیکە قادرمە و پلە دروست دەکەن بۆ گەیشتن بە سەرکەوتنەکانی

خۆیان، لەکاتێکدا کە دۆڕاوەکان بەردەوام خەریکی دووبارە کردنەوەی ئەزموونە شکستخواردوەکانی خۆیانن.

کەسانی شکستخواردوو بەجۆرێکن هەمیشە حەز دەکەن دووبارە لە کونێکدا بگەزرێنەوە، ئەوەش مەرجی عاقڵی نیە.

کاتێك کە مەرگ نزیکە و هەموو هەلەکان بەرەو کۆتایی دەچن ڕزگاربوونی مرۆڤ کارێکی دژوار و قورسە، ڕێك وەکو ئەوەیە کەسێك ماڵەکەی ئاگری گرتبێت، بۆ کوژانەوەی ئاگرەکە، تازە دەست بە هەڵکەندنی بیر بکات

(سوامی موکتاناندا)

(بەیانی واتە هیچ کاتێك)

سێ بێچوە شەیتان لە دۆزەخەوە بڕیاریاندا لەگەڵ مامۆستاکەیان بە مەبەستی کار کردن لەسەر مرۆڤەکان و لادانیان بەشێوەیەکی کرداری بەرەو زەوی بڕۆن.

مامۆستاکەیان پرسیاریان لێ دەکات ئایا بۆ هەڵخەڵەتاندن و فریودانی خەڵکی سود لە چ هونەرێك وەردەگرن؟

بێچوی یەکەم وتی: من پێم باشە سود لە شێوەی کلاسیك وەرگرم، بەو مانایە کە بەخەڵکی بڵێم: خودا نیە، کەواتە گوێ بە تاوان مەدەن و چێژ لە ژیان وەرگرن.

دووەمیان وتی: (من وابزانم ئەوە بڵێم باشە کە دۆزەخ بوونی نیە و درۆیە، کەواتە خەریکی ژیانی خۆتان بن و چێژ لە ژیان وەرگرن.)

سێیەمان وتی: (من دەمەوێت سود لە شێوەیەکی سادەتر وەرگرم. بەخەڵکی دەڵێم پەلە پەلی ناوێت، هێشتا کاتی زۆر ماوە بۆ تەوبە کردن و گەڕانەوە، بۆیە هێشتا هەلی زۆرت لەبەردەستدایە، بۆیە بە ئارەزوی خۆت خەریکی چێژ وەرگرتن و خۆشی بە)

دەرەئەنجام: پرسیارێکی گرنگ: تۆ دواجار گوێ بۆ کام لەو بێچوە شەیتانانە دەگریت؟ چ ئیشێکت دواخستووە؟ ڕێز لە هەلەکانی ئەمڕۆت بگرە و ئەوەت لەبیر بێت کە **(ئەمڕۆ هەمان ئەو بەیانیە بوو کە دوێنێ چاوەڕێت دەکرد)**

مرۆڤ بـه‌بی له‌ده‌ســتدانی دیمه‌نـه‌کانی کـه‌نار ده‌ریـا و به‌جێهێشتنی بۆ ماوه‌یه‌کی درێژ، ناتوانێت بگـات بـه سـه‌رزه‌مینی تازه‌ و ناوچه‌ی تازه‌.

(ئه‌ندره‌ ژید)

(سه‌رزه‌مینی ئه‌ژدیهاکان)

له‌ سـه‌ده‌کانی پێشـوتردا کاتێـك کـه‌ دۆزه‌ره‌وه‌کـان و گه‌ڕیـده‌کان خـه‌ریکی پـلان و نه‌خشـه‌ی جـوگرافی بـوون بـۆ سـه‌رزه‌مینه‌ نه‌ناسـراوه‌کان، کاتێـك کـه‌ سـه‌رزه‌مینێکی نه‌ناسراویان له‌سه‌ر نه‌خشه‌ دیاری ده‌کرد، وێنه‌ی ئه‌ژدیهایه‌کیان لـه‌و شـوێنه‌ داده‌نـا بـه‌ مه‌به‌ستی ئه‌وه‌ی که‌ ئه‌و شوێنه‌ ناوچه‌یه‌کی مه‌ترسیداره‌ و نه‌ناسراوه‌.

ئه‌م نشیانه‌یه‌ هۆشدارێك بوو که‌ چوون بۆ ئه‌و سـه‌رزه‌مینه‌ نه‌ناسـراوه‌ په‌یوه‌نـدی بـه‌ قبولکردنی ئه‌و مه‌ترسیه‌وه‌ هه‌بوو که‌ پێویسته‌ خۆت قبولی بکه‌یت.

هه‌ندێك له‌ دۆزه‌ره‌وه‌کان خۆیان به‌دوور ده‌گـرت لـه‌ ڕۆیشـتن بـۆ ئـه‌و ناوچـانه‌ بـه‌لام کۆمه‌ڵێکی دیکه‌ی یاخی هه‌بوون که‌ ئه‌و نیشانه‌یان به‌ هه‌لێکی باش ده‌زانی بۆ ئـه‌وه‌ی بڕۆنه‌ ناو ئه‌و سه‌رزه‌مینانه‌وه‌ بۆ دۆزینه‌وه‌ی دنیایه‌کی تازه‌ و دیمه‌نی تازه‌.

بیست ساڵی داهاتوو، تۆ زیاتر نائومێـد ده‌بیـت لـه‌و کارانـه‌ی کـه‌ ئه‌نجامت نه‌داون، تاوه‌کو ئه‌و کارانـه‌ی کـه‌ ئه‌نجامتـداون. له‌بـه‌ر ئـه‌وه‌ قولاپه‌کان بکه‌ره‌وه‌ و له‌ به‌نده‌ری ئارامه‌وه‌ دوور بکه‌وه‌ره‌وه‌، چاڕۆکه‌کان به‌رامبـه‌ر هـه‌وا هه‌ڵکـه‌، بـڕۆ خـه‌ون ببینـه‌ و بـدۆزه‌ره‌وه‌ و بـه‌ره‌و ئاراسته‌یه‌کی تازه‌ و جیهانێکی تازه‌ هه‌نگاو بنێ.

(مارك توێن)

جورنەتییش وەکو قسە کردن دەتوانرێت فێری
منداڵ بکرێت

(ناور پیدوس)

(قبوڵ کردنی مەترسی)

یەکێك لە جوانترین ئەو شتانەی کە تاوەکو ئێستا بینیومە سەبارەت بە مەسەلەی جورئەت، لە پارکێکدا بوو.

باوك و دایکێك،منداڵەکەی خۆیان بردبوو بۆ پارك. منداڵەکە خەریك بوو بەرەو دەریاچەی پارکەکە دەڕۆیشت.

باوکەکە بە بینینی ئەم دیمەنە هەوڵیدا تاوەکو ڕێگە لە منداڵەکەی بگرێت. دایکەکەش کە دەبوایە زۆر حەزی لەو کارە بکردایە بەلاّم ڕای کرد و بەردەمی پیاوەکەی گرت و وتی:

(ڕێگەی پێ بدە با بڕوات)

منداڵەکەش تاتای کرد و بەرەو پێشەوە ڕۆیشت. ئەم چیرۆکە کۆتاییەکی خەماوی نیە.

منداڵەکە نوقم نەبوو. دڵنیام کە دڵی دایکەکە بە خێرایی و بەهێز لێی دەدا.

بەلاّم بەرزی و گەورەیی مرۆڤ لەوەدایە کە مەترسیەکان قبوڵ بکات و خۆی ڕابهێنێت لەسەر دژواری و سەختییەکان.

(لیئو بوسکالیا)

٧

ئەوە تۆی کە چارەی بێ چارە نابیت

خودایا!

هەمیشە لە مێشکی مندا بە

کاتێك کە لە خەو هەڵدەستم

بەدرێژایی ئەو ڕۆژە ئاگادارم بە

ڕێگەم پێ بدە هەموو خولەکێکی کاتم لەگەڵ تۆدا بم

ڕێگەم پێ نەدەیت لەبیرت بکەم

لە هەموو کاتژمێرێکدا لەگەڵمدا بە و لەگەڵمدا بمێنەرەوە

بۆ ئەوەی دەنگم ببیستیت و وەڵامم بدەیتەوە

سوپاست بکەم

خودایە!

کاتێك کە شەو دێت

ڕێگەم پێ بدە بۆ ئەوەی مێشك و بیرم بە تۆ و بە عەشقی تۆ ئارام ببێتەوە

ڕێگەم پێ بدە کە خەوم بە ئارامی تۆ و میهرەبانی تۆ دڵنیایی هەبێت و ئاگادارم کە من پەیوەستم بە تۆ و موڵکی تۆم.

(خولی موعجیزات)

تەسلیمی ئەو ببە، تاوەکو جیهانیش تەسلیمی تۆ ببێت

(لە قەڵەمڕەوی بێدەنگی دا)

(ڕێگا چارە)

ڕۆژێك دوو پیاوی گەنج ڕۆیشتن بۆلای مامۆستا ژیر و عاقڵەکەیان و لێیان پرسی: (ماوەی درێژی نێوان کێشە تاوەکو چارەسەر چەندە؟)

مامۆستا هەندێك چوو بە قوڵایی بیرکردنەوەدا و وتی: (ماوەی کێشەی ئەو کەسە و ڕێگەی ڕزگاربوونی لە کێشەکە، بۆ هەر کەسێك ئەوەندەی دووری ئەژنۆی تاوەکو زەوییە)

دوو پیاوەکە بە سەرسوڕمانەوە لەلای پیاوە داناکە هاتنە دەرەوە و لە دەرەوە دەستیان کرد بە گفتوگۆ و قسە و باس لەسەر ئەو مەسەلەیە.

یەکەمیان وتی: من دڵنیام مەبەستی مامۆستا ئەوە بوو کە پێویستە لەبری ئەوەی لەسەر زەوی دابنیشیت و چۆکی بۆ دابدێت هەستیت و بەشوێن ڕێگا چارەدا بگەڕێیت، دانیشتن و ئەژنۆ دادان بەهیچ شێوەیەك کێشەکان چارەسەر ناکات.

دووەمیان هەندێك بیری کردەوە وتی: بەڵام ئامۆژگاریەکانی مامۆستای گەورە مانایەکی قوڵتریان هەیە و بەو ئاسانیە شایەنی ئەوە نیە پەی پێ ببرێت. ئەوەی کە تۆ دەیڵێیت هەزاران ساڵە لەسەر زاری هەموو کەس دەکرێت و دەوترێت و هەموو کەس ئەوە دەزانن. مامۆستا مەبەستێکی دیکەی هەبوو.)

ئەوانیش گەڕانەوە و داوایان لە مامۆستاکەیان کرد بۆ ئەوەی ڕوونکردنەوەی زیاتریان پێ بدات. ئەویش زەردەخەنەیەکی کرد و وتی: (کاتێك کەسێك توشی کێشە دەبێت، پێویستە سەرەتا خۆی بگەیەنێتە خاڵی سفر. خاڵی سفر کاتێکە کە مرۆڤ لەبەرامبەر

خاڵقی ئەم بوونەوەرە چۆك دادەدات و داوا لەو دەكات هیوایەكی پێ ببەخشێت. لەدوای ئەو خاڵە سفرەوەیە كە ئەو كەسە دەتوانێت هەستێتەوە و پشت بە خودا دەست بە كردار بكات.

بەبێ پشت بە ستن بە خودای گەورە و باوەڕبەخۆبوون ناتوانرێت هیچ كێشەیەك چارەسەر بكرێت.

بەشێوەیەك دوعا بکە و بپارێرەوە، وەکو بڵێی هەموو شتێك پەیوەندی بە خوداوە هەیە.و بەشێوەیەکیش ئیش بکە و هەوڵ بدە وەکو بڵێی کە هەموو شتێك پەیوەندی بە خۆتەوە هەیە.

(تاوەکو سەرای ئەو)

(هێزی پاڕانەوە)

(بیتی جین ئیدی) لە پڕ فرۆشترین کتێبەکەی بەناوی (لە باوەشی نور) دەنوسێت کاتێك لە ساڵی ١٩٧٣ بۆ ماوەیەك حاڵەتێکی نێوان مردن و ژیانم ئەزموون دەکرد، بینیم فریشتەکان بۆ وەلآمدانەوەی دوعاکانم دێن بۆلام. فریشتەکان زۆر خۆشحاڵ بوون لە کارەکەیان و پڕبوون لە خۆشی و شادی.

وادەردەکەوت کە ئەم دوعایانە تیشکێکی ڕووناك کەرەوەبن کە لە زەمینەوە وەکو نێزەك دەنێردرێن.

ئەو لە درێژەی بابەتەکەیدا دەڵێت: (بەڕاشکاوانە و بەڕوونی پێیان وتم هەموو دوعاکانت گیرابوون و لە کاتی خۆیدا وەلآم دەدرێنەوە.)

من پەیم بەوە برد کاتێك کە بە شەوق و شەیدا بوونەوە دوعا دەکەین، دەبێت وازیان لێ بهێنین و بۆ وەلآمدانەوەی متمانەیەکی بەهێزمان بە خوداوەند هەبێت.

ئەو هەموو خواستەکانمان لەهەموو کاتێکدا دەزانێت و تەنها چاوەڕوانی ئێمەیە، تاوەکو پارمەتیمان بدات. ئەو هەموو توانایەکی هەیە تاوەکو دوعاکانمان قبوڵ بکات.

کاتێك کە ئێمە بەشێوەیەکی ڕاستگۆیانە داوا دەکەین بێ گومان وەلآمەکەی بەتەواوەتی و وەکو خۆی وەردەگرینەوە.)

خوداوەند ئەو سەیارەیە ڕێنوێنی دەکات کە لە حاڵەتی ڕۆیشتندایە نەك ئەو سەیارەیەی کە لە حاڵەتی وەستاندایە

(ئێریس بارو)

(دوعا چییە؟)

گەنجێك توشی کێشەیەکی گەورە بوو بوو، و ڕۆیشت بۆلای قەشەیەك.

قەشەکەش لێی پرسی: (ئایا بۆ کێشەکەت دوعات کردووە؟)

(دوعا کردن؟ ئێستا ئیدی کاتی دوعا کردن نیە. کاتی ئەوەیە کە کارێك ئەنجام بدەم!)

قەشەکە وەلآمی دایەوە:

(دوعا کردن واتە کار ئەنجامدان، گرنگترین (ئیشە) کە دەتوانیت بۆ هەموو شتێك ئەنجامی بدەیت و لە دوای هەموو کێشەیەکیش بیکەیت.)

هەرکاتێك کەسێك داوا لە یەزدان دەکات دەبێت خۆی
ئامادە بکات بۆ هەموو پێش هاتێکی سەر سوڕهێنەر

(قبوڵ کردن)

پیاوێکی گوماناوی زۆر پێداگیریانە دەیوت ئیمانم بە هێزی دوعا و پاڕانەوە نیە. کاتێك لێم پرسی ئایا هیچ کاتێك دوعات کردوە، وتی: تەنیا جارێك ئەویش ئەو کاتە بوو کە لەناو دارستانێکی چڕدا ون بووبووم و نەمدەتوانی ڕێگەی ڕزگاربوون بدۆزمەوە.

پاش چەندین ڕۆژ لە مانەوەم، کەم کەم ئازاری برسیەتی هێرشی بۆ کردم. لەو کاتەدا بەهۆی لاوازی و ناچاریەوە دوعام کرد.

وتم: (کەواتە خودا دوعاکەی قبوڵ کردووی ئەگەر وانەبوایە تۆ ئێستا لێرە نە دەبووی)

ئەویش بە ئینکاریەوە وەلامی دایەوە: (وانیە خودا وەلامی دوعاکەمی نەدایەوە. ڕاستەوخۆ دوو ڕاوچی هاتن و ڕێگەی دەرچوونیان پیشاندام.)

ئەم پیاوە نەیزانی بوو کە دوعاکەی قبوڵ بووە و ئەو ڕاوچیانە ئەو هێزە زەمینیە بوون کە خودای گەورە ناردنی بۆ ئەوەی ڕزگاری بکەن.

(کاترین پاندەر)

دەرئەنجام:

لەبەر ئەوەی کە خوداوەند لە پشت هەموو گۆڕانەکان و یارمەتی و کارەکانەوەیە، بۆیە ناتوانین ببینین کە پێگە و هەلێکی زۆرمان بۆ دەڕەخسێنێت و هاوکارێکی زۆرمان دەکات لە هەلومەرجە سەختەکادا، بەلام ناتوانین سودیان لێ وەرگرین و بەتەنیا دەمێنینەوە.

چیرۆکی دواتر بە باشی ئەم مەسەلەیە دەخاتەڕوو.

(ئامرازەاکانی خوداوەند)

لەبارەی پیاوێکی ئاینیەوە کە ئیمانێکی زۆر بەهێزی بە خوداوەند هەبوو سەرگوزەشتەیەکی خۆش دەگێڕنەوە.

ئەو هەموو ڕۆژێك دوعای دەکرد و داوای یارمەتی و پەنای لە خوداوەند دەکرد و باوەڕی وابوو ئەگەر کێشەیەکیش دروست ببێت، ئەوا خودا فریای دەکەوێت و دەتوانێت ڕزگاری بکات.

ڕۆژێك باوبۆرانێکی زۆر باری، گوندەکەیان لافاو گرتی و هەموو کەس بە پەلە هەڵهات. چەند کەسێك بە سواری سەیارە لەلای ماڵەکەیدا تێ پەڕین. داوایان لێ کرد سواری سەیارەکە ببێت بۆ ئەوەی ڕزگاری ببێت.

بەڵام کابرا وەڵامی دایەوە خوداوەند ڕزگارم دەکات.

باران بارین بەردەوام بوو و ئاو چووە ناو قاتی یەکەمی خانووەکەی.

کابرا ناچار بوو بڕواتە قاتی دووەم بۆ ئەوەی نوقم نەبێت. بەلەمێك گەیشت. چەند کەسێکی لەناویدا بوون و وتیان بە پیاوەکە وەرە سوار بە با ڕزگارت بکەین و نەخنکێیت.

جارێکی دیکە کابرا وەڵامی دایەوە: (زۆر سوپاستان دەکەم. خوداوەند یارمەتیم دەدات.)

ئەوەندەی نەبرد بەهۆی زۆری باران بارین و لافاوەکەوە ناچار بوو بڕواتە سەر بانی خانووەکەی،

هەلیکۆپتەرێك هات و هاواری کرد: ئەو گوریسە شۆڕ دەکەمەوە خۆتی پیا هەڵواسە بۆ ئەوەی ڕات بکێشمەوە سەر.

کابرا لە وەڵامدا وتی: زۆر سوپاست دەکەم خوداوەند یارمەتیم دەدات.

چەند خولەکێك دواتر ئاوەکە بەرزبوویەوە و کابرا نوقم بوو. لەو دنیا کابرا ڕۆشت بۆ بەهەشت و لەوێ خوداوەندی بینی.

خودا فەرمووی: بڕیار نەبوو لێرە بی! هێشتا ماوەت مابوو. لێرە چی دەکەی؟

کابرای ئیماندار وتی بە خوداوەند: (هەرچی چاوەڕێم کردی بۆ ئەوەی ڕزگارم بکەیت بەڵام ڕزگارت نەکردم. من ئیمانم بە تۆ هەبوو. وامزانی ڕزگارم دەکەیت بەڵام نەهاتیت بە دەمەوە، چاوەڕێم کردی. چی ڕوویدا بوو؟

خوداوەند فەرمووی: سەیارەیەك و بەلەمێك و هەلیکۆپتەرێکم بۆ ناردی، ئیدی چیت دەوێت.

کاتێك چاوی هیوا و ئومێدت بە خودا بێت.
هیچ شتێك ئەوەندە سەیر نیە کە ڕاست نەبێت
هیچ شتێکیش ئەوەندە سەیر نیە کە ڕوونەدات و
هیچ شتێکیش ئەوەندە سەیر نیە کە بەردەوام نەبێت
(کاترین پاندەر)

خودایەك لەم نزیكانەیە:لەسەر چینی ئەم شەوبوانە، لە بن ئەو دار كاجە بەرزانە لەسەر هۆشیاری ئاو، لەسەر یاسای گیا

(سوهراب سپهری)

(ئامادەبوون)

كابرایەك لەبەر خۆیەوە بە چرپە قسەی دەكرد: خودایا قسەم لەگەڵدا بكە

باڵندەیەك دەستی كرد بە خوێندن

بەڵام كابرا نەیبیست.

هاواری كرد: خودایە قسەم لەگەڵدا بكە، هەورە تریشقەیەك لە ئاسمان گرماندی

بەڵام كابرا گوێی نەگرت

كابرا سەیرێكی ئەملاو ئەولای خۆی كرد و وتی: خودایە رێگەم پێ بدە بتبینم

ئەستێرەیەك درەوشایەوە

بەڵام كابرا نەیبینی

كابرا هاواری كرد: خودایە موعجیزەیەكم پیشان بدە، مندالێك لەدایك بوو

بەڵام كابرا سەیری نەكرد و گرنگی پێ نەدا.

ئینجا كابرا لەوپەڕی نائومێدیەوە هاواری كرد: خودایە لەمسم بكە و رێگەم پێ بدە بۆ ئەوەی بزانم لەوێیت

لەم كاتەدا خودا هاتە خوارەوە و لەمسی كرد

بەڵام كابرا پەپولەكەی بەدەست پەڕاند و بەردەوامی دا بە رێگەكەی.

(ئەنجیلی و هاوڕێیان)

ئەنجیلی لەگەڵ کۆمەڵێك لە هاوڕێکانی شەوێك لە ژێر ئاسمانی تاریك و سافدا دانیشتبوون و ئەستێرەکانیش دەدرەوشانەوە.

لەگەڵ هاوڕێکانی دا لەبارەی عەشق و رەحمەتی خوداییەوە قسەیان دەکرد، و باسی ئەوەیان دەکرد کە ئەو عەشق و رەحمەت و خۆشەویستییە لە ئەزەلەوە تاوەکو ئەبەد بەردەوام دەبێت.

ئەنجیلی باسی ئەوەی کرد: ئەوەی کە ڕوو دەدات لە ناو دەستەکانی توانایی خودادایە، کە دایکی میهرەبانی هەموومانە. نوری بەخشینی دایکی ئیلاهی لە ناو زەحمەت و شکست و هەروەها شادی و سەرکەوتندا شاردراوەتەوە.

بۆیە نابێت ئازار و سەختی و دژوارییەکان ببنە مایەی ئازار، و سەرکەوتنەکانیش ببنە مایەی لەخۆبایی بوون.

لەو کاتەدا بە ڕێکەوت ژنێك لەو شوێنەوە تێ دەپەڕی زۆر بێتاقەت و ماتەمبار بوو. کاتێك ئەم قسانەی بیست وتی بە ئەنجیلا: (بۆ تۆ ئاسانە ئەم جۆرە قسانە. تەنها ئازار و زەحمەت ئەو کەسانە پەی پێ دەبەن کە وەکو منن و هەموو ڕۆژێك دەیچێژن. تۆ باسی خودا و نور و رەحمەت و ئیلاهی دەکەیت، بەڵام بەداخەوە ئێمە لە دنیایەکی پڕ ناخۆش و تاریکی و بێ ماناییدا دەژین.)

ئەنجیلا سەیری ئەو منداڵەی کرد کە لە باوەشیدا بوو، ئینجا هاواری کرد و وتی: ئەو منداڵە لە سەر ئەو زەوییە دابنێ!

ژنەکە بەدوادا ڕۆیشت و وتی: (تۆ چ کەسێکی؟ چۆن دەتوانم منداڵەکەم لەسەر زەوی دابنێم؟ ئەو دەمرێت!)

ئەنجێلا وتی: (ئایا ئامادەیت لەبەرامبەر هەزار دۆلار ئەم ئیشە بکەیت؟

ژنەکە بەبێ دواکەوتن وەڵامی دایەوە: (هەزار دۆلار هەر هیچ نیە تەنانەت ئەگەر هەموو ئەو ئەستێرانەی کە دەدرەوشێنەوە بیانکەیت بە ئاڵتون و پێم بدەیت ئامادە نیم ئەوئیشە بکەم!)

پاشان ئەنجیلا پرسی: (ئەی دایك! تۆ بزانی ئایا خوداوەند منداڵەکەتی زۆر خۆش دەوێت یان تۆ؟)

هەرچەندە لە پڕێکدا ژنەکە تێگەیشت کە قسەکەی ئەنجیلا ڕاستن، بەڵام هەر سوور بوو لەسەر قسەکانی پێشوی و وتی: (ئەگەر بەڕاستی خودا ئەوەندە ئێمەی خۆش دەوێت بۆچی ئەو هەموو ئازار و مەینەتی و دژوارییەمان توش دەکات؟)

ئەنجیلا بە ئارامێکەوە وەڵامی دایەوە: ڕەنج و زەحمەت لە بەرنامەی ئیلاهی دا پێگەیەکی گرنگ و بەسودی هەیە.

کاتێك کە منداڵەکەت نەخۆشە تۆ ناچاری دەکەیت دەرمانی تاڵ بخوات و هیچ گرنگی نادەیت بە گریان و هاوارەکانیشی.

کاتێك رۆحی ئێمەش نەخۆش دەکەوێت ئەو دایکە میهرەبانە ئیلاهییە دەرمانی تاڵمان بۆ دەنێرێت تاوەکو چاك ببینەوە.

ڕەنج و زەحمەت ئەزموونێکە ژیانی تۆ پڕ دەکات لە دەوڵەمەندی و رۆحت بەهێز دەکات، و هێز دەبەخشێتە دڵ و درونت کە بەردەوام سیمای جوانی خوداوەندی تێدا دەبینیت.

لەم کاتەدایە تۆ دەتوانیت پەی بەوە بەریت کە لە هەموو ڕووداوەکان و بارودۆخەکاندا چ رەحمەتێك شاردراوەتەوە.

لە هەموو ڕداوێکیشدا خێرێك هەیە، خێریش لەوەدایە کە ڕوو دەدات.

ڕەشە با، و باو بۆران دەبنە هـۆی ئـەوەی کـەڕەگی
درەختەکان بەهێزتر بن

(کلۆد مەك دۆنالف)

(درەختی حەیزەران- قامیش)

ڕۆژێك بڕیارمدا ئیدی واز لە هەموو شـتێك بهێـنم. کارەکـەم، هاوڕێکـانم، ئـاینم، ژیانم!

ڕۆیشتم بۆ دارستانێك بۆ ئەوەی بۆ دواهەمینجار لەگەڵ خوداوەند دا قسە بکـەم، وتم خودایا: (ئایا دەتوانیت هۆکارێك و بەڵگەیەکم پیشان بدەیت بۆ ئەوەی بەردەوامی بدەم بە ژیان؟)

وەڵامەکە توشی واقوڕمانی کردم: (حەیزەران و کەرەوزە کێویلە دەبینیت، کاتێك کە حەیزەران و کەرەوزە کێویلـەم دروسـت کـرد، بـە باشـی چـاودێریم کـردن. ڕوونـاکی و خواردنی پێویستم پێدان. ئەوەندەی نەبرد کە کەرەوزە کێویلە سەری لە زەوی دەرهێنـا و گەشەی کرد بەڵام هیچ هەواڵێکی حەیزەران نەبوو. نەمهێشت بێ ئومێد ببێت.

دووەمین ساڵ، کەرەوزە کێویلە زیاتر گەشەی کرد و جـوانێکی سەرسـوڕهێنەری بـە خشی بە زەوی، بەڵام هەر هیچ هەواڵێکی حـەیزەران نـەبوو. مـن پشـتم لـە حـەیزەران نەکرد. لە ساڵەکانی سێیەم و چوارەمیش حەیزەرانەکە هەر گەشەی نەکرد.

بەڵام من هەر بێ ئومێد نەبووم. لە سـاڵی پێنجـەم چـوزێکی بچـوك لـە حـەیزەران سەری دەرهێنا. بە بەراورد بەگەڵ کـەرەوزە کێویلـە بچـوك و کـورت بـوو، بـەڵام بـە تێپەڕینی چەند مانگێك بە ڕادەیەکی زۆر بەرزبوویەوە.

پێنج ساڵ درێژەی کێشا تاوەکو ڕەگەکانی حـەیزەران بـە ئەنـدازەی پێویسـت بـەهێز بوون. ڕەگـەکانی سـاقەکەیان بـەهێز دەکـرد، ئـەوەی کـە بـۆ ژیـانی پێویسـت بـوو فەراهەمیان دەهێنا)

خوداوەند لە درێژەدا فەرمووی: ئایا دەزانی بەدرێژایی ئەو ماوەیەی کە تۆ خەریکی ململانێ بووی لەگەڵ سەختیەکان و کێشەکانت دا لە ڕاستیدا ڕەگەکانت بەهێز بوون؟

من لەو ماویە تۆم پشتگوێ نەخستووە، هەر وەکو چۆن حەیزەرانەکەم واز لێ نەهێنا. هەرگیز خۆت لەگەڵ خەڵکی دیکەدا بەراورد نەکەیت. حەیزەران و کەرەوزە کێویلە دوو گیای جیاوازن بەلاّم هەردووکیان هاوکاری جوانی دارستان دەکەن. سەردەمی تۆش دەگات، تۆش گەشە دەکەیت و پەل دەهاوێژیت.

لێم پرسی: (من چەندە پەل دەکێشم؟)

لە وەلاّمدا پرسی: (حەیزەران چەندە پەل دەکێشێت)؟

وەلاّمم دایەوە: هەرچی بتوانێت

فەرموی: (تۆش دەبێت گەشە بکەیت و پەل بکێشێت هەرچی دەتوانیت).

لە ئێش

وەستاوە

هەور و هەوا و مانگ و خۆر و گەردوون،

شەوانە لە ژێر ئەم بەفرە کرێوەدا

خراپتر لە دووپشك دەتگەزێت

سەرمای چلەی زستان

شەپۆلە بەفری کردوەتە سەهۆڵ

دەست و پێی خۆت ون دەکەیت

لە ژێر سەد چینی بەفردا

بەلاّم

ئەی دانە گەنم ئەوە بزانە

لە ڕۆیشتن و تێپەڕیندایە زستان.

(شەفیعی کدکنی)

ئەگەر هەزار داو هەبێت لە ڕێگادا لەبەر ئەوەی تۆ
لەگەڵمدایت نیە هیچ خەمێك

(مەولەوی)

(ئیمان)

بازرگانێکی سەرکەوتوو هەبوو، دووکان و خانوو، و کاڵا و کەلوپەل و هەموو شتێکی گرانبەهای هەبوو.

ڕۆژێکیان کە لەسەرفەرێك دا دەگەڕایەوە بینی کەلوپەل و دوکان و هەرچێکی هەیە سوتاوە و لەناو چووە.

لەم ڕووداوەدا هەرچی سەرمایە و دەستمایەی ئەو کابرایە هەبوو، هەمووی سوتا و هیچی بۆ نەمایەوە.

تۆ بزانی ئەو پیاوە چی کرد؟ وتی ئەوە خەتای خودایە و بێتاقەت بوو، فرمێسکی ڕشت؟ نەخێر

بە ڕوویەکی گەش و زەردەخەنەوە ڕووی کردە ئاسمان و و بە ئارامی وتی:

(خودایا! ئێستا دەتەوێت چی بکەم؟)

کابرای بازرگان پاش لەناوچوونی کار و کاسپییە، پڕ لە ڕەونەقەکەی تابلۆیەکی بەسەر ماڵ و دووکانە سوتاوەکەی هەڵواسی و نوسی:

دووکانەکەم سوتا!

ماڵەکەم سوتا!

کاڵاکانم سوتان!

بەڵام ئیمانم نەسوتا!

بەیانی دەست دەکەمەوە بە ئیش!

ئەمە نمونەی مرۆڤێکە کە فێربووە بە شێوەیەکی ڕاست ڕووبەڕووبووی کێشمەکێشەکانی ژیان و ئازارەکان و سەختیەکاندا بێتەوە.

(تەسلیم)

چەند شەوێك پێش ئێستا جاڵجاڵۆكەیەك لە سوچێكی ژووری خەوتنەكەمدا كەژە تەلێكی بەستبوو.

زۆر ئارام دەڕۆشت. وەكو بڵێی ماوەیەكی زۆرە گیری خواردوە و نەیدەتوانی خواردنێك پەیدا بكات.

بە دەنگێكی ئارام و لەسەر خۆ پێم وت: (بێتاقەت مەبە بچكۆلە ئێستا ڕزگارت دەكەم.) كلێنسێكم گرت بە دەستمەوە و هەوڵمدا بە ئارامی جاڵجاڵۆكەكە بەرز بكەوە و لەناو باخچەی ماڵەكەمدا دایبنێم. بەلاّم دڵنیام جاڵجاڵۆكەكە وایزانی هێرشی دەكەمە سەر، بۆیە بە پەلە پەل خۆی خزاندە ناو هێلانەكەی و خۆی شاردەوە.

پێم وت: (بەڵێنت پێ دەدەم ئازارت پێ نەگەیەنم) پاشان هەوڵمدا بەرزی بكەمەوە. دووبارە جاڵجاڵۆكە ڕایكردەوە لەدەستم و بەخێرای خۆی گرمۆڵە كرد و هەوڵیدا خۆی بشارێتەوە.

لە پڕێكدا بینیم جاڵجاڵۆكەكە هیچ ناجوڵێت. لە نزیكەوە سەیرم كرد و بینیم ئەوەندە بەرگری لە خۆی كردوە، خۆی كوشتوە، زۆر بێتاقەت بووم. جاڵجاڵۆكەكەم بردە دەرەوە و لەناو باخچەكەدا لەلای بنە گوڵێك دامنا. بە نەرمی لەژێر لێومەوە وتم: (من نەمدەیست زیانت پێ بگەیەنم دەمویست یارمەتیت بدەم بەلاّم تۆ تێنەگەیشتی.)

ڕێك لەو كاتەدا بیرۆكەیەك هات بە مێشكم دا.

لە خۆم پرسیم ئایا ئەمە هەمان ئەو هەستە نیە كە خوداوەند سەبارەت بە من و بە هەموو بەندەكانی هەیەتی؟! لەكاتێكدا كە خوداوەند ئاگاداری دەست و پێ وەشاندن و ئازار و زەحمەتەكانی ئێمەیە، نارەحەت دەبێت و دەیەوێت یارمەتیمان بدات و لەو

مەترسی و نارەحەتی دوورمان بخاتەوە، بەڵام ئێمە بەرگری دەکەین و دەست و پێ ڕادەوەشێنین و هاوار دەکەین: بۆچی ئەوەندە ناچارم دەکەیت بگۆڕدرێم؟

لەوانەیە هەریەکەمان وەکو ئەو جاڵجاڵۆکە بچوکە بین و ئامادە نەبین خۆمان بدەین بەدەستەوە، بەڵام ئەگەر تەسلیم ببین و ئەوەندە دەست و پێ نەوەشێنین لەوانەیە ماوەیەك دواتر خۆمان لەناو باخچەیەکی جوان و ڕازاوەدا ببینینەوە.

(باربارا دی ئەنجلس)

٨

کێشەیەك بەناوی مەرگ

نابێت بترسین لە مەرگ
مەرگ کۆتایی کۆتر نیە
مەرگ ئاوەژووبوونەوەی جیرجیرەکەرە نیە
مەرگ لەناو گوڵە جەهەنەمیەکاندا ڕەوانە
مەرگ لەناو ئاو و هەوای خۆش ئەندێشەدا نیشتەجێیە
مەرگ لەناو زاتی شەوی گوندێکدا لەبارەی بەیانیەوە قسە دەکات
مەرگ لەگەڵ هێشوە ترێیەك دا دێتە ناو دەمەوە،
مەرگ لەناو ژێی سوری قوڕگدا گۆرانی دەڵێت
مەرگ بەرپرسی جوانی باڵی پەپولەیە
مەرگ گاهێك ڕێحان دەچنێت
وگاهێکیش لە سێبەرێکدا دانیشتوە و سەیری ئێمە دەکات
و هەموو دەزانین
سیەکانی چێژ پڕن لە ئۆکسجینی مەرگ.

(سوهەراب سپهری)

(مەرگ ، یاسای هاوبەش)

ڕۆژێکیان (کیسا گوتامی) بە ناڵە و گریان چووە لای بودا و وتی: (ئـەی پایـەدارترین کەسی گەورە، کوڕە تاقانەکەم بەجێیهێشتم من چوومەتە لای هـەموو کـەس، پرسـیارم کردوە کە ئایا دەرمانێك هەیە تاوەکو بیخوات و زیندوو بێتەوە؟ ئەوانیش لـە وەڵامـدا دەڵێن: ئێمە هیچ دەرمانێکمان نیە، بەڵام بڕۆ بۆ لای پیاوی گەورە و مەزن لەوانیە ئـەو بتوانێت هاوکاریت بکات.

ئێستا ئەی گەورەی باشەکان دەرمانێکم پێ بدە تاوەکو منداڵەکەم بگەڕێتەوە بۆ لام.

بودا کە بەهاودەردێکەوە سەیری دەکرد وەڵامی دایەوە:

کیسا گوتامی، کارێکی زۆر باشت کرد هاتی بۆ لای من. بڕۆ لەم شارە بگەڕێ بزانـە لە کام ماڵ و خانوودا هیچ کەسی تێدا نەمردووە، نە باوك و دایك نە منداڵ نە خزم و نە خزمەتکارێك چەند تۆوێك لە دانەی خەردەلم بۆ بهێنە و وەرەوە.

کیسا گوتامی لەناو دڵی زۆرێـك لـە شـاد و خۆشـحاڵەکاندا گـەڕا، دوور کەوتـەوە و دەستی کرد بە گەڕان بەشوێن تـۆوی خـەردەلێك دا کـە لـەناو ماڵێکـدا ڕووا بێـت کـە هیچکەسی تێدا نەمردبێت.

لە ماڵێکەوە بۆ ماڵێك بە درێژایی ئـەو ڕۆژە گـەڕا و هـەموو جارێـك پێیـان دەوت: (بەداخەوە ژمارەی ئەو کەسانەی کە لەم ماڵەدا مردوون، زۆر زۆرن.

دواجار زاڵ بوو بەسەر خەمەکەیدا و وتی: (وامزانی من تـەنها کەسـم کـە گـیرۆدەی داوی مەرگ بووم، بەڵام ئێستا دەبینم کە تەنیا نیم و ئەمەش یاسای هاوبەشە بۆ هەموو مرۆڤەکان.

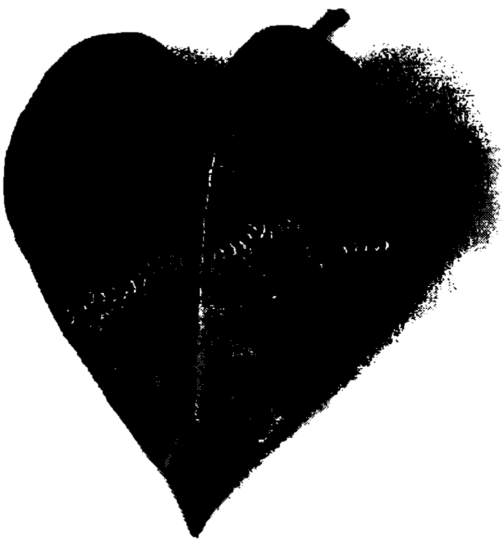
ترسی تۆ لە مەرگ وەکو لەرزینی شوانێکە لە بەرامبەر پاشایەك کاتێك کە پاشا دەیەوێت دەستی خۆی وەکو نیشانەیەکی شانازی و شەرەف بخاتە سەر شانی.

(جبران خەلیل جبران)

(حـــەقیقەتی مـــەرگ)

مەرگ لە ژیانی پرسی: ئەمە چ حیکمەتێکە کە دەبێتە هۆی ئەوەی تۆ شیرین بیست و منیش تاڵ؟

ژیان زەردەخەنەیەکی کرد و وتی: ئەو درۆیانەی کە لەناو مندا شاردراونەتەوە و ئەو حەقیقەتانەی کە لەناو تۆدا بوونیان هەیە.



ئەوەی کە کرمی ئاوریشم بە کۆتایی دنیای دەزانێت
بــۆ پــەپــولــە ســەرەتــای ژیـــــانــــە

(هەموومان ڕۆژێك دەبینە پەپولە)

ڕۆژێکیان کوڕەکەم (جوشوا) کـە تەمـەنی نزیکـەی ٧ سـاڵ بـوو، لـە قوتابخانـە بـە گریانەوە هاتەوە بۆ ماڵەوە، چونکە یـەکێك لـە هاوڕێکـانی لەسـەر کورسـی پۆلەکـەی کەوتبوویە خوارەوە و مردبوو.

لە پاڵیدا دانیشتم و وتم: خۆشەویستم دەزانم چ هەستێکت هەیە. دڵت تـەنگ دەبێـت بۆی و دەبێت هەستێکی لەو شێوەیەشت هەبێت.

بەڵام خاڵێك هەیە دەبێت بیزانیت ئەویش ئەوەیە کە هۆکاری ئەم هەستەی تۆ ئەوەیە کە تۆش کرمێکی درەختی!) وتی: مەبەستت چییە؟

وتم: کرمی ئاورشیم لە ژیانیدا دەگاتە قۆناغێك وادەزانێـت مـردووە، دەزانـی کـام قۆناغە؟

وتی: بەڵێ ئەو کاتەیە کە تاڵەکان بەدەوری خۆیدا دەتەنێت و لەناویدا نـوقم دەبێـت.
(وتم بەڵێ، ئەگەر لەو کاتەدا قۆزاخەیەك بشکێنیت لەناویدا شتێك دەبینیـت کـە وەکـو کرم نیە، بەڵام زۆربەی خەڵك و خودی کرمیش وادەزانیت ئەوە کرمێکی مردووە. بـەڵام لەڕاستی دا ئەوە کرمێکە کە لەحاڵەتی گۆڕانی شـێوەدایە. لـە شـتێکەوە بـۆ شـتێکی دیکە، تۆ دەزانیت دواجار دەگۆڕێت بۆ چ شتێك؟

وتی: (بەڵێ، دەگۆڕێت بۆ پەپولە)

وتم: (ئایا ئەو کرمە بچوکانەی درەخت کە لەسەر زەویدان ئەو گۆڕانی کرمی درەختە دەبینین کاتێك دەبێتە پەپولە؟) وتی: (نەخێر)

وتم: (کاتێك کرمی درەختێك بەشێوەی پەپولە لەناو قۆزاخەیەك دا دێتە دەرەوە چی دەکات؟) وتی: دەفڕێت.

وتم: بەڵێ ڕاستە. باڵەکانی لە ژێر ڕووناکی خۆردا دەجولێنێت و کاتێك کە وشك بوویەوە، دەست دەکات بە فڕین. لەم کاتەدا زۆر جوانترە لەو کاتەی کە بەشێوەی کرم بوو لەناو درەختدا. ئایا پەپولە ئازادی زیاتری هەیە یان کرمی درەخت؟

وتی: (گومانی تێدانیە پەپولە چونکە پێی کەمتری هەیە و کەمتر ماندوو دەبێت!)

وتم: (بەڵێ پەپولە پێویستی بە پێی زۆر نیە چونکە باڵی هەیە و دەتوانێت بفڕێت. من وادەزانم ئێستا هاوڕێکەی تۆش باڵی هەیە.

پاشان وتم: (سەیرکە، ئێمە نابێت بڕیار ئەوە بدەین کە هەرکەس دەبێت لە چ کاتێکدا ببێت بە پەپولە. چونکە ئەوە لە بنەڕەتدا کاری ئێمە نیە. بەلاّم خوداوەند باشتر لە ئێمە دەزانێت کە کەی کەسێك دەگۆڕێت بۆ پەپولە.

بۆ نمونە ئێستا زستانە و تۆ لەوانەیە حەز بکەیت هاوین بێت، بەلاّم خواستی خوداوەند بە شێوەیەکی دیکەیە و کۆمەڵە بەرنامەیەکی هەیە کە ئێمە ناتوانین پەیان پێ بەرین و تێگەیشتنیان بۆ ئێمە کێشەیە.

ئێمە دەبێت ئیمانمان بە خوداوەند هەبێت و ڕازی بین بە خواستەکانی.

چونکە ئەو لە دروستکردنی پەپولەدا لە ئێمە شارەزاتر و وەستاترە.

ئەگەر وەکو کرمی درەخت بین لەسەر زەوی لەوانەیە نەزانین لە دنیادا پەپولە هەیە، چونکە ئەوان لەسەر سەری ئێمەوە دەفڕن، بەلاّم ئێمە دەبێت ئەوە بزانین کە بەڕاستی پەپولە بوونی هەیە).

لەم کاتەدا جوشوا باوەشی پیا کردم و وتی: (گرەو دەکەم کە هاوڕێکەم پەپولەیەکی زۆر جوانە.)

(ئەنتۆلی ڕابینز)

مەرگ ڕێك وەکو جلێکی کۆنە وایە کە مرۆڤ لەبەری دایدەکەنێت بۆ ئەوەی جلێکی تازەتر لەبەر بکات.بەهەمان شێوەیەش گەوهەری درەوشاوەی بوونی مرۆڤ یان رۆحی، جەستەی خۆی بەجێدەهێڵێت تاوەکو لەدایکبوونێکی نوێ ئەزموون بکات.

(گیتا)

(بێ زەحمەت زانیاری)

کاتێك منداڵێکی زۆر بچوك بووم، یەکەمین ماڵ کە لە گەڕەکەکەماندا تەلەفۆنی کڕی ئێمە بووین.

ئێستاش ئەو دیمەنەم لەبیرە کە چۆن ئەو جامتا کۆن و تەلەفۆنە ڕەش و بریسکاوییە هەڵواسرابوو بە دیوارەکەدا.

هەرکاتێك دایکم بە تەلەفۆن قسەی بکردایە دەوەستام و گوێم بۆ دەگرت. پاشان بۆم دەرکەوت کە دەبێت بوونەوەرێکی سەیر لەناو ئەو جامتا سیحرییە دا بژی کە هەموو شتێك دەزانێت.

ناوی ئەم بوونەوەرە (بێ زەحمەت زانیاری) بوو و وەڵامی هەموو پرسیارێکی دەدایەوە. دەیزانی ڕێك کاتژمێر چەندە و بە خێرایی ژمارە تەلەفۆنی هەموو کەسیشی دەدۆزیەوە.

کاتێك کە بۆ یەکەمجار پەیوەندیم بەو بوونەوەرە سەیرەوە کرد، ڕۆژێك بوو دایکم ڕۆیشتبوو بۆ لای دراوسێکانمان.

لە ژێر زەوی خانووەکەمان بە کەلوپەلە دارتاشیەکەی باوکم خەریکی یاری کردن بووم، لەو کاتەدا بە چەکوش پەنجەی خۆم پێکایەوە.

دەستم زۆر ئازاری پێ گەیشت، بەڵام وادیار بوو گریان سودی نیە چونکە هیچکەس نەبوو لە ماڵەوە کە دڵنەوایيم بکاتەوە.

پەنجەم کردبوو بە دەممدا، و بە دەوری ماڵەکەدا دەسوڕامەوە، تاوەکو گەیشتمە قادرمەکان و چاوم بە تەلەفۆنەکە کەوت بە خێرایی ڕۆیشتم و تەپڵەکێکم هێنا و چوومە سەری.

تەلەفۆنەکەم هەڵگرت و پێم وت: بێزەحمەت زانیاری.

دەنگێکی هەڵگرتن هات و دواتر دەنگەکە ڕوون و ئارام بوویەوە و وتی: (زانیاری)

- وتم: پەنجەم ئازاری پێ گەیشتووە.... ئیدی ئێستا یەکێك هەبوو کە قسەکانم ببیستێت بۆیە فرمێسك هاتە خوارەوە.

- وتی: دایکت لەماڵ نیە؟

-وتم: هیچکەس لەماڵەوە نیە.

-وتی: خوێنت لێ دەڕوات؟

- وتم: نەخێر بە چەکوش داومە لە دەستم و ئێستا زۆر ئازارم هەیە

- وتی: دەستت دەگاتە فرێزەرەکە؟

-وتم: دەتوانم دەرگاکەی بکەمەوە.

-وتی: برۆ پارچەیەك سەهۆڵ بهێنە و بیخەرە سەر دەستت.

ڕۆژێکی دیکە تەلەفۆنم کرد بۆ (بێ زەحمەت زانیاریَ)

دەنگێك کە ئیدی نامۆ نەبوو وتی: (زانیاری)

پرسیم: (چاککردنەوە) چۆن دەنوسرێت؟ ئەویش وەڵامی دامەوە.

پاش ئەوە، بۆ هەموو پرسیارەکانم هەموو جارێك پەیوەندیم دەکرد بە (بێ زەحمەت زانیاری)یەوە.

پرسیارە جوگرافیەکانم لەو دەپرسی و ئەو بوو کە پێی وتم ئەمازۆن لە کوێیە. پرسیارە بیرکاری و زانستیەکانیشی دەزانی. ئەو بە منی وت کە دەبێت خواردن بدەم بەو کەناریەی کە تازە لە پارك گرتبووم.

رۆژێك کەناریەکەم مرد پەیوەندیم کرد بە زانیارییەوە باسی ئەو چیرۆکە ناخۆشەم بۆ کرد. ئەویش لە بێدەنگی دا گوێی بۆ گرتم و پاشان کۆمەڵە قسەیەکی کرد کە گەورەکان دەیکەن بۆ دڵدانەوەی بچوکەکان، بەلاّم من بەو قسانە رازی نەبووم.

پرسیم: بۆچی ئەو باڵندە جوانانە کە زۆر بە خۆشی دەخوێنن وماڵەکان پڕ دەکەن لە ئاوازی خۆش دەبێت دەرەئەنجامیان ئەوە بێت کە ببنە مشتێك پەڕ لەناو قەفەزدا؟

وابزانم تێگەیشت لە قولاّیی ئازار و هەستم چونکە وتی: خۆشەویستم هەمیشە ئەوەت لە بیر بێت کە دنیایەکی دیکە هەیە کە دەکرێت لەوێ بجریوێنن و گۆرانی بڵێن، منیش هەستم کرد دوای ئەو قسانە حاڵم باش دەبێت.

کاتێك تەمەنم بوو بە نۆ ساڵ لەو شارە بچوکە بارمان کرد. دڵم زۆر تەنگ بوو بۆ هاورێکەم (بێ زەحمەت زانیاری)، چونکە وامزانی ئەو هاورێیەم تەنها لەناو ئەو سندوقە رەشەدایە کە بە دیواری ئەو ماڵەماندا هەڵواسراوە، تەنانەت نەدەهات بە مێشکیشمدا کە تەلەفۆنە جوانەکەی ماڵە تازەکەشمان هەمان ئەو (بێ زەحمەت زانیاری) تێدایە و عەقڵی ئەوەشم نەبوو کە تاقی بکەمەوە.

کاتێك گەورەتر و گەورەتر بووم، هەمیشە بیرم لە یادەوەری منداڵییم دەکردەوە. ئەو ساتانەی کە توشی گومان و دوودڵی و ترس دەبمەوە، لە بیرمە کە لە منداڵی دا چەند هەستم بە ئارامی دەکرد. هەستم دەکرد کە (بێ زەحمەت زانیاری) چەندە میهرەبان و سەبور بوو کە کاتی خۆی تەرخان دەکرد بۆ منداڵێکی بچوکی وەکو من.

چەندین ساڵ دواتر کاتێك کە ئەو شارەشم بەجێهێشت بە مەبەستی رۆیشتن بۆ زانکۆ، فڕۆکەکەمان لە رێگادا، لە شوێنێك لە نزیك شارە بچوکەکەی سەردەمی منداڵیم

نیشتەوە. لە خۆمەوە و بیّ ئاگایانە تەلەفۆنەکەم هەلگرت و تەلەفۆنم کرد بۆ شارە بچوکەکەم و وتم (بیّ زەحمەت زانیاری)

دەنگێکی ئارام و ڕوون کە بە باشی دەمناسی وەلآمی دایەوە: زانیاری

بی ئاگا وتم: دەکریّت پێم بلیّت (چاککردنەوە) چۆن دەنوسریّت؟

بیّدەنگێکی دوورودرێژ دروستبوو، و پاشان دەنگێکی ئارامم بیست کە وتی: وابزانم تاوەکو ئیّستا لەوانەیە پەنجەت باش بووبیّتەوە. پیّکەنیم و وتم: کەواتە خۆتی، وتم دەزانی ئەو کاتانە چەندە بەنرخ و گرنگ بووی بۆ من.

وتی: تۆش دەزانی چەندە پەیوەندیەکانت گرنگ بوون بۆم؟ مـن هیچکاتیّك منـداڵم نەبوو، هەمیشە چاوەڕوانی پەیوەندیەکانی تۆ بووم.

باسی ئەوەم بۆ کرد کە ئەو ماوەیە چەندە بیرم کردویت و هەمیشە لە بیرمدا بوویت، ئینجا پرسیم ئایا دەتوانم هەموو جاریّك کاتیّك هاتم بۆ ئەم شارە پەیوەندیت پیّوە بکەم.

وتی: بەلیّ، پاشان وتی بیّ زەحمەت ئەم ئیشە بکە، بلیّ دەمەویّت لەگەلّ ماری قسە بکەم.

سیّ مانگ دواتر دووبارە لەو شارەوە تیّپەڕیم، ئەم جارە دەنگێکی نەناسراو وەلآمی دایەوە: زانیاری

وتم: دەمەویّت لەگەلّ ماری قسە بکەم

-هاوڕێی ئەویت؟

- بەلیّ هاوڕێیەکی زۆر کۆن

- بەداخەوە ماری ماوەیەك بوو تەنها نیو شەفتێ ئیشی دەکرد، چونکە زۆر نەخۆش بوو بەداخەوە مانگێك پێش ئیّستا کۆچی دوایی کرد.

پێش ئەوەی بتوانم قسەیەك بکەم، وتی: بێ زەحمەت کەمێك بوەستە، ماری نامەیەکی بۆ بەجێهێشتوویت.

ماری لەسەر نامەکە نوسیویەتی هەرکاتێك تۆ تەلەفۆنت کرد بۆت بخوێنمەوە. گوێ بگرە تاوەکو بیخوێنمەوە، دەنگی خشە خشی کاغەزێك هات و پاشان بەدەنگێکی نەناسراو خوێندیەوە:

به ئەو بڵێ دنیایەکی دیکە هەیە کە دەکرێت لەوێ بجریوێنیت و گۆرانی بڵێیت.... خۆی لێم تێ دەگات.)

سوپاسم کرد و تەلەفۆنەکەم داخست، دەمەزانی مەبەستەکەی....

(پیل ویلیارد)

لە سەفەرێکدا لەگەڵ
کوڕەکەم ڕۆیشتین بۆ گینەی
نو، سەیرم کرد مەرجانەکانی
ناوەڕاستی دەریاکە، ئەو
شوێنەی کە ئاوەکە ئارامە، بە
زۆری ڕەنگی خۆیان ون
کردوە و هیچ جۆرە ژیانێکیان
پێوە نابینرێت، بەڵام
مەرجانەکانی ئەو شوێنەی کە
دەریاکە نائارامە و لە حاڵەتی
جوڵەدایە، ئەو شوێنەی
هەڵکشان و داکشان زیاتر
دەگیرێتەوە، درەوشاوەتر و
جوانترن.

لەبڵاوکراوەکانی خانەی چاپ و پەخشی ڕێنما

نرخ (٥٠٠٠) دینار